శ్రీ

శివాభ్యాంనమః

ఆర్యమత రహస్యబోధిని
గ్రంథమాల.

౧-వ సంఖ్య.

ఆర్యధర్మప్రత్యక్షఫలబోధిని.



ఇయ్యది

తెనాలిపురీవిరాజమానసంస్కృత
కలాశాలాసాహిత్యవ్యాకరణోపాధ్యాయుఁడు

ముదిగొండ నాగలింగశాస్త్రిచేత

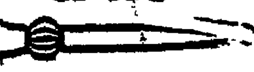
రచింపఁబడి ప్రకటింపఁబడియె.

తెనాలి
శ్రీవిద్యాగణపతిముద్రాక్షరశాలయందు
ముద్రింపఁబడియె.

౧౯౨౩

—

 [వెల రు ౧—౦—౦





శ్రీ

శివాభ్యాంనమః.

భూమిక

ఆర్యవర్యులారా,

వేదశాస్త్రవిహితము లగుధర్మములకు ననంత మగు నాముష్మికఫలము కలిగియుండుటెగాక యైహికఫలంబును గల దని సూత్రమతు లంగీకరించుచునె యున్నారు. అయినను నాముష్మికఫలముకంటె నైహికఫలము స్వల్పమైనందునను, తొల్లిటిజనులు పరలోకశ్రద్ధాళువు లగుటను, ధర్మముల నైహికఫలము కలదని నిరూపించుట పూర్వాచార్యుల కనవసర మయ్యెను. ఇప్పుడైననో పరలోకవిశ్వాసము విరళమైనందున నది యావశ్యకమని తోచెడిని,

మఱియు, పరలోకవిశ్వాసము మిక్కుటముగా నున్న కాలముననె ధర్మానుష్ఠానమునకు ప్రభునిర్బంధంబు నపేక్షితమై యుండినట్లు చరిత్రలవలన దెలిసెడిని, ఇప్పు డట్టిసాహాయ్యకంబు లేమిం జేసియు ధర్మమున నైహికఫలప్రదర్శన మత్యవసరముగాం గన్పట్టుచున్నది.

ధర్మమున నైహికఫలంబుం గలదనునెడ మహర్షులసమ్మతియు నున్నదనుటకు నొకనిదర్శనము గనుడు.

ఆచమనము మొదలుంగొని కర్మానుష్ఠానము చేయునప్పు

డెల్ల 'అంతర్జ్ఞానుకరః' మోకాళ్లకులోపలనే చేతుల నిడికొని యుండవలయునని మహర్షు లందఱు వచించియున్నారు. అంతట నిట్టియాచారంబు ననుభవసిద్ధమై యున్నది. దీని కేమి ప్రయోజనమని యాలోచింప, నాడీదర్పణ మను వైద్యశాస్త్ర గ్రంథమున,

శ్లో॥ త్యక్తమూత్రపురీషస్య సుఖాసీనస్య రోగిణః।

అంతర్జ్ఞానుకరస్యాపి నాడీ సమ్యక్ప్రసీదతి॥

మలమూత్రోత్సర్జనము నొనరించి, మోకాళ్లలోపల చేతులనిడికొని సుఖాసీనుఁడై యున్నవానికి నాడి నిర్మలముగా నుండునని వచింపఁబడియున్నది. దీనింబట్టి మహర్షులును వైద్యరహస్యంబు మనంబున నిడికొనియె ధర్మముల విధించుచున్నారని తెలియుచున్నది.

దానింబట్టి, వైద్యశాస్త్రకర్తలును, ధర్మశాస్త్రకర్తలును జనులకు శరీరారోగ్యరూపఫలము లభింపఁజేయునెడ నేకాభిప్రాయులని తెల్లమగు. ఇం దింకొకవిశేషము కలదు. వైద్యశాస్త్రకర్తలు మిథ్యాహారవిహారములచే రోగగ్రస్తులైనవారి రోగముల నివర్తింపఁజేయు నుపాయంబుల వచించి యున్నారు. ధర్మశాస్త్రకర్త లైననో మిథ్యాహారవిహారములు లేకుండునట్లు తగునియమముల విధించి రోగంబులు రాకుండుటకే తగు నుపాయంబుల గనిపెట్టి యున్నారు. కావుననె ధర్మములయ్యె

హికఫలము సూక్ష్మదృష్టిగ్రాహ్య మగుచున్నది. రోగమువ చ్చినమీఁద నౌషధముచే రోగము నివర్తింపగా నౌషధఫలము ప్రత్యక్షమైనట్లు రోగము రాకుండఁజేయుకర్మములయొక్క ఫల ము ప్రత్యక్షము కానేరదుగదా?

ఇట్లు వీరుభయులు ప్రజలయారోగ్యమునెడ నేకాభిప్రా యు లగుటయెగాక, ఆముష్మికమునెడను నేకాభిప్రాయులే. ఎట్లనిన,

భక్తిజ్ఞానములకు కర్మము సాధన మని సర్వమతస్థులు నంగీకరించుచునే యున్నారు. శరీరారోగ్యము లేనిది భక్తిని గాని, జ్ఞానమునుగాని సాధింప వలనుపడదుగాన నారోగ్యవిధా యకము లగునౌషధంబులును, అట్టికర్మంబులును భక్తిజ్ఞానంబు లకు సాధనంబు లయ్యెడిని. ఇట్లు ప్రజలు ఆరోగ్యలాభము ద్వారా భక్తిజ్ఞానముల నొంది శాశ్వతసౌఖ్యము గాంచుటె శాస్త్రకర్తల మనోగత మగును. దీనింబట్టి ప్రజలయెడ మ హర్షులకుం గలకారుణ్యము నెద్దానితోఁ బోల్ప నగునో ఎఱుంగను.

ఒక్కరోగమును కుదిర్చినవైద్యుఁడు నూరురూప్యముల గ్రహించియు సంతస మొందఁడు. అట్టియెడ సకలరోగనివారక ములై శాశ్వతసౌఖ్యసాధనము లగు శాస్త్రముల మన కొసం గిన మహర్షుల మహాఋణము నేమిట దీర్చుకొన నగును?

శరీరశోధకము లగుస్నానాదికర్మములేగాక చిత్తశోధకము లగుజపాదికర్మంబులును గొన్ని కలవు. కావున, కర్మములకు చిత్తశుద్ధిజనకత్వమును పూర్వాచార్యులంగీకరించియున్నారు.

మఱియు, కర్మంబుల కదృష్టఫలంబుం గలిగియే యున్నది. అయినను నిందుదృష్టాంశమునకుమాత్రమే యారోగ్యరూపత్వము పేర్కొనఁబడియెగాన వీనిఫల మైహికము మాత్రమే యగునా యని యొరులు మాపైదండెత్తం బనిలేదు. ధర్మమున కైహికఫలంబుం గలదనుటకు, మహాభారతము, శాంతిపర్వమున,

శ్లో॥ యథా యథాహి సద్వృత్త మాచరన్తీతరే జనాః
తథా తథా సుఖం ప్రాప్య ప్రేత్యచేహచ మోదతే॥

జనులు సదాచారము నాచరించినకొలది యిహమునను పరమునను సుఖమొందుదురని చెప్పఁబడియున్నది. కాన నీ యుద్యమము మహర్షిసమ్మతమే యగు.

ఇట్లు, ఆత్మనిశ్చయము, జన్మాన్తరనిర్ణయము, కర్మరహస్యము, ఈశ్వరానుమానము, విగ్రహారాధనము, పరలోకవివరణము, మొదలగునార్యమత పరమసిద్ధాంతములను శాస్త్రానుకూలము లగుయుక్తులచేతనె నిరూపించునార్యమతరహస్యబోధకము లగుగ్రంథములను క్రమముగా ప్రకటింపవలయునను కు

తూహలముచే, నార్యమతరహస్యబోధిని యనుగ్రంథమాలను నెలకొల్పి యిందీగ్రంథము ప్రథముగాఁ బ్రకటింపంబడియె. హిందువులకే ఆర్యు లనుసంజ్ఞ గావున ఆర్యమతమన హిందూమత మనియే గ్రహింపవలయు.

కావున, మతాభిమానధను లగునార్యవర్యు లీగ్రంథ మాలకు పోషకులుగను, చందాదారులుగను తోడ్పడి నిజమత ప్రభావమును లోకమున వెలయింపఁజేసి తన్మూల మగుపరమేశ్వరానుగ్రహమునకు భాజనులై శాశ్వత మగుకీర్తిని, అనవధికము లగునిహపరసుఖములను గాంచుదురుగాక.

ఇట్లు,
ఆర్యజనతోషణైకకార్యుఁడు
ముదిగొండ నాగలింగశాస్త్రి
సాహిత్యవ్యాకరణోపాధ్యాయుఁడు
సంస్కృతకలాశాల
తెనాలి.

శ్రీ 27122

శివాభ్యాంనమః 26.2.13

ఆర్య ధర్మ ప్రత్యక్ష ఫల బోధిని.

నిత్యకాండము ఉషః ప్రకరణము.

క॥ ఉదధిగిరి కన్యకాంచిత।
హృదయార్ధ శరీర మదనహితహాతినిరతా।
ఉదధిగిరి రమ్యసౌధా।
యనురితవిదితనిజబోధ హరిహరనాథా. ౧

గీ॥ ధర్మశాస్త్రములం గలధర్మవులకు।
నైహికాముష్మికఫలద్వయంబుగలదు।
మునులచేఁ జెప్పఁబడ్డఁట నాముష్మికంబు।
ప్రకృతమయ్యె వచింప నైహికఫలంబు॥ ౨

సమస్త మగుధర్మశాస్త్రములయందును జెప్పంబడినధర్మములకన్నింటికిని ఐహికము, ఆముష్మికము అనురెండుఫలంబులును గలవు. అందాముష్మిక మగుఫలము ధర్మశాస్త్రములయందు స్పష్టముగఁ జెప్పఁబడి యున్నదియే. ఇందు ముఖ్యముగ నైహికఫలము నిర్దేశింపఁబడియెడి. అందు మొదటిదిగాన నుషఃకాలమునఁ జేయ నగుకర్మముల ప్రయోజనము నిరూపించుట ప్రకృతము.

నిదురలేచుట

సూర్యుం డుదయించుటకు ముందు నైదుగడియలుగలకాలమునకు ఉషఃకాల మనిపేరు. ఆసమయమున దేవతలకు, పితరులకును సమాగమము గలిగెడికతన అపుడు నిదురింపఁగూడదని స్మృతులయందుఁ జెప్పఁబడియున్నది. రాత్రికిఁ బితరు లధిదేవతలు. పగటికి దేవత లధిదేవతలు. ఉషఃకాలము పగటికి రాత్రికిని సంధికాలము గావున నపుడు దేవతలకుఁ బితరులకును సమాగమము గలుగు. అపుడు నిద్రించునెడ దోషము సంభవించునని హేమాద్రిమొదలగువారిచేఁ బ్రాయశ్చిత్తము విధింపఁబడినది. అందునకుఁ బ్రయోజనము పిదపఁ జెప్పంబడు. అపుడు నిద్రబోవకుండుటమాత్రమే కాదు. ఇఁక పరమేశ్వరుఁ బ్రార్థింపవలయు. పగలు జేయనగుకృత్యము నాలోచింపవలయు. బాహ్యమున కేగవలయు. ఇట్లు చేయునెడ గొప్పఫలము కలదని మునుల యభిప్రాయము. క్రమముగ వానిప్రయోజనము లేమనగా? కాలమును బట్టి కర్మములు విధింపఁబడినవి. అందుచేఁ గాలస్వభావము నెఱింగినఁగాని కర్మములయొక్క ప్రయోజనము తేటపడదు కావున నాకాలముయొక్క స్వభావము నిరూపింపఁబడుచున్నది. సూర్యుం డుదయించినవాఁడై తనకిరణములచే భూమిని తపింపఁజేయుచున్నాఁడు. ఆతాపము సూర్యుం డస్తమించువఱకు పరిపూర్తినొందును. పిదపఁ జంద్రాది గ్రహముల కిరణములచేఁ గ్రమముగ నాతాపము ఉషఃకాలము

దనుకఁ జల్లారుచుండును. సూర్యుం డుదయింపఁదిరుగఁ దాపం
బు గలుగు. అందువలన నుషఃకాలంబునఁ జల్లదనంబు పరిపూర్తి
నొందెడిని. అప్పటిచల్లదనము పవలుగాని రాత్రిగాని యెప్పు
డును సంభవింపదు. అందును నాల్గైదుగడియలలో నడుమ శైత్య
మునకుఁబరమావధియైన యేసూక్ష్మకాలము కలదో అదియే
స్నానకాలమని చెప్పఁబడుచున్నది.

ఏలన, రాత్రియందు నింద్రియములకుఁ బ్రచార మడఁగి
యుండ మనుజుఁడు నిద్రించును. అపుడు లోనినుండి వెడలు
నిట్టూర్పులవలన ముక్కు కనులు రోమకూపములు మున్నగు
వానినుండి మలములు వెడలుచుండును. అవి రాత్రులయం
దు ద్రవరూపముననేయుండును. ఇట్లు కనులు మున్నగువాని
యందు మలములు స్పష్టముగాఁ గానవచ్చుచునేయున్నవి. ద్రవ
ముగానున్నయీమలములు సూర్యకిరణసంబంధమువలన గట్టిప
డగలదు. అట్లు గట్టిపడునెడ నాయాయింద్రియగోళముల
యందనేక రోగములు జనించును. అవి గట్టిపడుటకుముందు
వానిని గడిగివైచునెడ నింద్రియగోళముల కేవిధమగు జబ్బును
కలుగనేరదు. ఈకారణముననే 'ఉషసి దివాచనిద్రా, ఉషసి
మధ్యాహ్నేచనిద్రా, అని యుషఃకాలమునను పవలును నిద్రిం
చుట నేత్రరోగోత్పత్తికి హేతువుగా నిరూపింపఁబడియున్నది.
మఱియునొక్కనిశయ్యపై వేఱొకఁడు పండుకొనఁగూడదనియు
ఒక్కని వస్త్రమును వేఱొకఁడు ధరింపఁగూడదనియు నీకార

ణామున నేయేర్పడినది, ఒక్కడు పండుకొనిన ప్రక్కయందు గాని కట్టుకొనిన వస్త్రమందుగాని వాని మలములు చేరియుండుట నన్యునిమల సంబంధముచే గొప్పయనారోగ్యము కలుగుననియెంచి యిది నిషేధింపఁబడియె. కంటిజబ్బు గలవానికి నుష్ణాతిశయమున కంటిపుసి గట్టిపడుటచే రెప్పలంటుకొనుటయు నపుడు చల్లనినీరు చేఁగడిగివేయునెడ కనులు తెరపిడినొందుటయు ననుభవసిద్ధము. ఇట్లు పగటినిద్ర మహానర్థకరమనియెంచి నిషేధింపఁబడియె. ఇట్లుషఃకాలమున మేల్కనుట కేవలము పరలోకసుఖమునకే కాదు. ఇఁకఁ గొప్పది యగునైహికసుఖమునకు గూడనని తేటపడుచున్నది. అప్పుడు వెలుతురులేనందున కన్ను తెరువఁబడినను విషయమును గ్రహింపనేరదు గాన మూయఁబడినదానితో తుల్యముగనుండును. ఇంద్రియవ్యాపారమునఁ బ్రవేశింపని సమయముననే ఇంద్రియగోళమును సంస్కరించుట యుక్తము. ఆసంస్కార మిదియని ముందు స్పష్టమగును. ప్రకృతము ననుసరింతము. ఆసమయమునకు బ్రాహ్మముహూర్తమని పేరు. అనగా బ్రహ్మ జగమునుగలిగించునటులీముహూర్తము జగత్సంబంధ మగువ్యాపారమును గలుగఁజేయుననియర్థము. అప్పుడు నిద్రలేచి మొదట పరమేశ్వరుని నామముస్మరించుట, అద్దేవుని ధ్యానించుట, పిదపఁ బగటికృత్యముల నాలోచించుట మున్నగునాచారములుగలవు. ఇది యుక్తమే, రాత్రియందుఁజాలకాలమునుండి యింద్రియములు

నిర్వ్యాపారముగా విశ్రమించియున్నవి. వానిని తిరుగ వ్యాపారమునఁ బ్రవేశ పెట్టునపుడు ప్రాణులకృత్యములు తెలుచుగా భంగపాటుగలవి కావున సర్వప్రాణులయందు దయఁగలవాఁడును, సర్వప్రేరకుఁడును నగుపరమేశ్వరుని మొదటఁ బ్రార్థించుట అత్యావశ్యకమగు. ఇదియకదా ఆస్తికచిహ్నము. పిదప వేదము జదువవలయు. అపుడే యేలఁజదువవలయు ననఁగా, అప్పుడు వెలుతురు లేమిచే నింద్రియములకు విషయసంపర్కము గలుగనికతన మనసు ఇంద్రియవ్యాపారమునఁ బ్రవర్తింపదు. దానబుద్ధిశక్తియంతయు స్వస్థమైయుండు. అందుచేత నాసమయమున మనసు దేనిదేని నభ్యసించునో దానిదాని గ్రహించి తిరుగ మఱువకుండును. ఇందుచే నీకాలము జ్ఞప్తిశక్తికి మిగుల నుపయోగించునది యనియెంచి నేర్పఁదగిన సకలవిద్యలును నపుడు నేర్పఁబడుచున్నవి. అందువలననే కాళిదాసుఁడు శ్లో॥ సతతమపరరాత్ర ప్రాప్తనిద్రావసానాః కవయ ఇవ మహీపాశ్చింతయంత్యర్థజాతం॥ రాజులు వేకువజామున నిదురమేల్కాంచినవారలై కవులుపదార్థముల నాలోచించునట్లు కార్యముల నాలోచించుచున్నారు. అని చెప్పినవాఁడాయె. పగటికృత్యముల నపుడే యాలోచింపవలయు ననుటకు నిదియే నిదర్శనము. బుద్ధిశక్తి స్వస్థముగా నుండుటయే దానికి కారణంబగు.

బైలునకేగుట

ఇఁకమీఁద సూర్యోదయమునకంటెముందు ద్రవీభూతములు (తడివి) అగుమలములనుఁ బోగొట్టుకొనుమార్గము ప్రస్తా

వింపఁబడుచున్నది. పగటికృత్యముల నాలోచించిన వెనుక మలోత్సర్జనమునకై యీశాన దిక్కున కభిముఖముగాఁ బోవలయు. ఏలన, భూమండలమున ధ్రువశక్తి ఉత్తరపుదిశనుండి దక్షిణపుదిశను బొందుచున్నది. ఈయంశము సన్నికోనఁగలదియై మఱియేవైపునకుఁద్రిప్పినను నుత్తరపుదిశకే దిరుగు డళసూచి (కంపాసు) చే తెలియుచున్నది. ఆధ్రువశక్తి శరీరమునకుఁ బ్రక్కన సోకునెడ దానిచే శోధింపఁబడినదై శరీరము మిగుల నైర్మల్యము నొందుచున్నది. ఎటులన, రాత్రియందు నిర్వ్యాపారముగా నుండినకాలుసేతులు మొదలగువానికి బ్రచారము గలుగుటచే సంధులయందు స్థిరముగానుండినమలము లప్పటివాయువుచే బైలువెడలుటయు, విద్యుచ్ఛక్తిప్రక్కనాడులగుండ లోనఁబ్రవేశించి నాడులను కదల్చుటయు, అట్లు కదల్పఁబడిననాడులనుండియు, నడుచుటచే గదలినమలాశయమునుండియు మలములు వెడలుటచే శరీరము మిగుల నైర్మల్యము నొందును.

ఇందువలన ఈశానదిక్కునకుగాని, నిర్ ఋతిదిక్కునకుగాని అభిముఖముగాఁబోవునెడ విద్యుచ్ఛక్తి ప్రక్కనుండి శరీరమునఁ బ్రవేశించుటచేశరీరము నైర్మల్యమునొందుననియోఁచియట్లువిధింపఁబడియె. ఇఁకతూర్పుదిశకుగాని, పశ్చిమదిశకుగాని అభిముఖముగాఁబోవునెడ అపుడునువిద్యుచ్ఛక్తి శరీరమునఁబ్రవేశించివస్తిని శోధించుగాని ప్రతిబంధింపదు. అందువలననుశరీరమునకు నైర్మల్యమె కలుగును. అయినను ద్రవీభూతము లగుమలములు

సూర్యకిరణసంపర్కమువల్ల నపుడే గట్టిపడఁగలవు. మలములుగట్టి పడునెడ చర్మరోగములు గలుగుగావున "నసూర్యాభిముఖంమలం" సూర్యునకెదురుగా మలమునువిడువఁగూడదని మునులునిషేధించిరి.

మలవిమోకకాలమున మాటాడునెడ నోరుదెరచుటవలన మలవాసన లోనఁబ్రవేశించును. మలవాసనయన మలముయొక్క పరమాణువులె. ఆభయమువలన నపుడు మౌనము విధింపఁబడియెను.

మలోత్సర్జన మపానవాయువుచేఁ జేయఁబడు. అపుడు ప్రాణవాయువును కొంతనిరోధించినగాని అపానవాయువు నిజశక్తియుతమై తనకృత్యమును నెరవేర్పఁజాలదు. అందుకై ప్రాణమును నిరోధింప నాప్రాణవాయువు లోననేకదలుచుండి స్వభావమువలన పైకిలేచునది కావున శ్వాసప్రణాళికలయందుండు మలముల నూర్ధ్వకపాలమును పొందించును. అపుడు రోమకూపములవల్లనుండి వెడలుచు తనయందుండుమలములను రోమకూపములయందునిలుపును. దానంజేసి బట్టతలమున్నగురోగములు గలిగెడిని. కావున నపుడు శిరమునకు వస్త్రము చుట్టుకొనవలయు. అటులైన వస్త్రము స్వభావమున మలములనాకర్షించునది కావున శ్వాసప్రణాళికలయందుండు మలములనాకర్షించును. ఇందుకనియే వస్త్రము శిరమునకుఁ జుట్టుకొనవలయునని మునులువచించిరి.

మఱియు, మలదుర్గంధము లోపలఁ ప్రవేశించునను భ

యమునసే విశేషించి వస్త్రముచే ముక్కును, మూతిని చుట్టుకొనవలయునని చెప్పిరి. అట్లువస్త్రమును జుట్టికొననియెడ దుర్గంధము లోపల ప్రవేశించును. దానివలన ననేకరోగము లుత్పన్నము లగు. అందునకై యట్లు విధింపఁబడియె.

అపుడు ద్విజుఁడు, యజ్ఞోపవీతమును కుడిచెవున ధరింపవలయు. దానికి కారణమేమనఁగా, మనుజునకు రక్తాశయము మలాశయమునున్నగునవి శరీరమునకునడుమనేయుండవు. ఇఁక మధ్యభాగము నతిక్రమించి యెడమవైపుననే ఉఁడుచున్నవి. అందువలన భుజించిన వస్తువులున్నగునవి పరిణమించుచు నెడమప్రక్కనే కదలుచుండును. అచట పరినిష్ఠితములగు తేటరక్తముచే కుడివైపు పుష్టినొందుచుండును. ఆకారణముననే ఎడమవైపునకంటె కుడివైపు శుద్ధరక్తసంబంధమువలన పరిశుద్ధమని గ్రహింపఁబడుచున్నది. ఇందువలననే శ్రుతియు, 'దక్షిణార్థో బ్రహ్మవర్చసితరః' దక్షిణభాగము శ్రేష్ఠమగు బ్రహ్మవర్చస్సుకలదని ప్రశంసించుచున్నది. ఈవిధమున కుడివైపు అపుడును పరిశుద్ధమైనదే గావున మలవిసర్గ కాలమందు శ్వాసవాయువును నిరోధించుటచే శ్వాసములు లోమార్గమున పైకి లేచునప్పుడు చెవులనుండియు శ్వాసవాయువు వెడలునుగాన అందు కుడిచెవినుండి వెడలు శుద్ధమగు రక్తముతో సంబంధముగలశ్వాసములు నైర్మల్యముగలిగించునవిగావున నుపవీతము నాకుడిచెవియందు ధరింప నధికగుణంబును నిర్దోషతయుకలిగె.

డిని. అట్లు ఉపవీతముద్వారా వ్యాపించు నాణ్యము కంఠముచుట్టును వ్యాపించి యందు ద్రవీభూతములగు కఫములను శ్వాససౌఖ్య యుతములుగాఁ జేయగలదని యందునకై యట్లు విధింపఁబడెను.

మలనిశ్శేషనివృత్తికై మృత్తికాదులచే శుద్ధి విధింపబడియె. మల భూయిష్ఠమగుచోట నోరు దెరుచుట సంభవము గాన ముఖమునకు గండూషాదులచే శుద్ధి నిర్దేశింపఁబడియె. అతినైర్మల్యముగోరు యతులు మొలవఱకు స్నానమునే చేయుచున్నారు. ఇఁక పాశ్చాత్యులైననో ఆకులు, కాగితములు, చూర్ణములు, మొదలగు వానిచే శుద్ధి నొనరింతురు. అయినను ఉష్ణాధిక్యముగల దేశమున జలముచే శుద్ధి నొనరించుటయే శ్రేయమని గ్రహింప నగు.

ఆచమనము

శ్వాసనాడుల శుద్ధికై యాచమనము విధింపఁబడియె.

మలభూయిష్ఠ మగుశరీరమం దంతటను శ్వాసములు సంచరించుచుండుటవలన నట్టిశ్వాససంచారముచే శ్వాసనాడులు మలినములైయుండుటంబట్టి యిది యావశ్యక మయ్యెను.

ఆచమన మనఁగా, వ్రేళ్లు ముడిచినందున నావుచెవిని బోలియుండు నఱచేతితో మినుపగింజ మునుగునంత జలము

ముమ్మారు పుచ్చుకొనుట, పిదపఁ గొన్ని యవయవములను వ్రేళ్లతోఁ దాఁకుటయు నగును. వాని ప్రయోజనము క్రమముగా నిరూపింపఁబడును.

ఆచమనము ఊపిరిగొట్టములగుండ మలములను దొలగించుటకు సాధన మైన ప్రాణాయామమునకు ముందు విశేషసుఖమునకై చేయఁబడుచున్నది. విమర్శింప నియ్యది వాయువును పెంపుచేయునదియు, కర్మమునకు ప్రాణమువంటిదియు నగు. భుజింపఁబడుపదార్థము నోటినుండి కుత్తుకరంధ్రమునఁబడి కుక్షిలోఁ బ్రవేశించుచున్న దని స్థూలదృష్టుల కందఱకు దెలిసినదే. ఇఁక సూక్ష్మదృష్టులైననో యాహారగ్రహణరంధ్రమేగాక సూక్ష్మ మగుశ్వాసకోశరంధ్రంబును గలిగియున్న దని కనిపెట్టియున్నారు. ఇందే శ్వాసము సంచరించుచుండుగాన దీనికి శ్వాసనాడి యనిపేరు. ఈనాడికి రెండుప్రక్కల రెండు రంధ్రములు గలవు. ఈరెండురంధ్రముల నడుమ నుండుసూక్ష్మనాడికి సుషుమ్న అని పేరు. ఇది శ్వాసవాయువు నొకమారు కుడివైపునుండియు, ఇంకొకమారు ఎడమవైపునుండియు విడుచుచుండును. ఇందుచే నీనాడికి నిరుప్రక్కల రెండురంధ్రములు కలవని తెలియుచున్నది. ఇందు కుడివైపునుండి శ్వాస మధికముగా వచ్చుచుండునెడ వానిశరీర మధికోష్ణ మనియు. ఎడమవైపునుండి శ్వాస మధికముగా వచ్చుచుండునెడ నధికశీత మనియు యోగశాస్త్రజ్ఞుల నిర్ణయము. ఈకారణముననే

ఎడమప్రక్కనుండు ఇడయనునాడి చంద్రనాడి యనియు, కుడి ప్రక్కనుండు పింగళ యనునాడి సూర్యనాడి యనియుఁ జెప్పఁబడును.

శరీరములోని మలరేణువు లీనాడులనుండి వెడలు శ్వాసములచే నాకర్షింపఁబడి వెలుపలికి ద్రోయంబడుచుండును. వెలుపలనుండు పరిశుద్ధము లగు నణువులు తిరుగ లోనికిఁబోవు నిశ్వాసములచేత శరీరమునఁ బ్రవేశించి గొప్పయారోగ్యమును గలిగించును. ఆకారణముననే పర్వతాగ్రము, నదీతీరము, బిల్వమూలము మున్నగువానియందు పరిశుద్ధము లగునణువులు గలవాయు వుండునని యెంచి యందు తపశ్చర్య విధింపఁబడియె. అట్లే పరులశ్వాసము సోకునెడ స్నానము చేయవలయునని చెప్పఁబడియున్నది. ఈకారణముననే సువాసినవతు లగుస్త్రీలు మెడయందును, నాసికయందును సూలుతోచేరిన సువర్ణాభరణము ధరింపవలయునని యున్నది. గళమునం దున్న నూలు దారము గళమున సంచరించు శ్వాసదోషములను చర్మము గూడ వెలుపలికి ద్రోసి గుణమును గలిగించును. అందు నూలుదారము మాత్రముగాక సువర్ణాభరణంబును నారోగ్యము కొఱకే ధరింపఁబడుచున్నది.

సురతాదులయందు స్త్రీలముఖమునుండి వెడలునమితమగుశ్వాసముచే పురుషునకనారోగ్యము కలుగునని యెంచి మునీంద్రులు సభర్తృక లగు సువాసినవతులు ముక్కున నత్తు

ధరించుట యావశ్యకమని వచించిరి. అటులేని నది పురుషు
ల కేల పనిలేదని యడుగుదురేమో స్త్రీపురుషులకు శరీరవ్య
వస్థ భిన్నమై యున్నది. స్త్రీలమదరూప మగుబిందువు కాల
ము దప్పకుండ నివర్తింపఁదగినది. కాని పురుషుల కట్లుగా
దు. ఆకారణముననే స్త్రీవీర్యము దోషముగానె కొందఱుచే
వాతాదులలో చేర్చఁబడియె. అట్టిమలసంబంధమువలన స్త్రీ
లశ్వాసంబునధికదుష్టంబై యుండు. ఈసందర్భములనుబట్టి స్త్రీ
లకు నాసామణిధరణము నిర్బంధముగా విధింపఁబడియె. అ
చట ధరింపఁబడిన కాంచనము శ్వాసదోషమును హరించును.

మఱియు పురుషునిశ్వాసము స్త్రీలముఖముద్వారా లో
పల ప్రవేశించి వారికి బాధక మగుటకువీలులేదు. స్త్రీలనా
సానుణియే వారిశ్వాసదోషము నడచినట్లే నడుమనుండి వెలుప
లినుండి లోనఁబ్రవేశించు పురుషనిశ్వాసదోషమునుగూడ హ
రించునుగాన బాధింపదు. ఈకారణముననే పురుషుల కది ని
ర్బంధవిధి కా దయ్యెను. ఇఁక ప్రకృతము విచారింతము.

శ్వాసముచేత నాకర్షింపఁబడినమలములు వెలుపలికిబో
వుట శ్వాసనాడియొక్క సంకోచవికాసములవలనగలుగునుగాని
యింకొకవిధమున గలుగనేరదు. అపుడు నాడులచర్మము మి
గులమార్దవము నొందిన గాని నాడులు ముడుచుకొనుట, వికా
సించుట సాధ్యమింపదు. ఎపుడును వాయుసంచారముచే నెండి

యున్న శ్వాసనాళమునందు నీటిసంపర్కము లేక మార్దవము సంభవింపదు. శ్వాసనాళము మెత్తదనము నొందకున్న మలములను విడువఁజాలదు. శ్వాసమలములఁ బోగొట్టుటకు ప్రాణాయామముకంటె నింకొకవ్యాపారము ప్రయోజనకారి కానేరదు. అందువల్లనే యాచమనము కొంచె ముదకముచే చేయవలయునని చెప్పఁబడియె. జలము నధికముగఁ బానము చేసిన నది బలకర మగుగాని యోగమునకు సాధకము గానేరదు. కావున నల్పముగా గ్రహింపవలయునని చెప్పఁబడియె. జలసంపర్కముచేత నాశ్వాసనాడి ముడిచికొనుటకును వికసించుటకును (సంకోచవికాసములకు) సౌలభ్యము గలిగి చల్లనిగాలి విడుచుచు నెమ్మదివహించి నాసాగ్రము పొంది యెచ్చట నడ్డునొందక పూర్వమునుండి యున్నవిగాని యిప్పుడు సంక్రమించినవిగాని యగునన్నిమలములను నాకర్షించుచు వెలుపలికి వచ్చుచుండును అందువలన నాచమనము శ్వాసనాడుల శుద్ధికొఱకును మలములఁ బోగొట్టుటకును నుపయోగించుచున్నది. కావుననే ఆవుచెవినింబలె యరచేతిని ముడిచికొని మినుపగింజమునుగునంతజలమును త్రాగవలయును. అంత కెక్కువగాని, తక్కువగాని త్రాగునెడ సురాపానముతో సమాన మగునని చెప్పబడినది.

చేతి నావుచెవినింబలె నేల ముడిచికొనవలయు? నని

యడుగుదురేని వినుము. వాతపిత్తకఫలము లనుమూడుదోషములు శరీరమును వ్యాపించియుండుట పలువురకు దెలిసినయంశమే. వానినాడులు వ్రేళ్లకొనలవఱకు వ్యాపించియున్నవి. చేతి నాపుచెవినింబలె ముడిచినప్పుడే త్రిదోషములకు సామ్యము సంభవించును. వాతపిత్తకఫములు సమానముగ నుండు హస్తమున నేమాత్రము కాలమైన ధరింపఁబడినపిమ్మట పానము చేయఁబడినయుదకము శరీరమును సమదోషముగా నొనరించు ననుట నిర్వివాదము, 'దోషసామ్యమరోగతా' అనువచనమును బట్టి దోషసామ్యావస్థయె యారోగ్యదశ యగును. కావున నారోగ్యమే ఫలమనుట ప్రసిద్ధము,

మఱియు నాచమనమునకు ఉప్పునీరు, వేడినీరు, బురద నీరును కూడదు. ఇవ్విధ మగునీటియందు మలము లధికముగ నుండుటవలన నివి నిషేధింపఁబడినవి. నిర్మలముగను తేలికగ నుండు జలమే విహిత మయినది.

ఆచమనము చేయగనే దవడలు, కన్నులు, ముక్కు, చెవులు, చేతులు, కడుపు, తల మున్నగునవయవముల తాకవలయు. బొటనవ్రేలు మొదలగువ్రేళ్లచే తాకుట దేనికన నాయాప్రదేశములయందలి వాతాదిదోషముల శాంతికొఱకనియే గ్రహింపవలయు. వ్రేళ్లలో బొటనవ్రేలు ముఖ్యమైనది కాన దానిచేతనే తాకవచ్చును. దీనింబట్టి యాచమనము నిష్ప

యోజనమన వీలు లేదుగదా. మఱియు మలముల బోగొట్టుటకును సాధన మగు. ఇంతియగాక శ్వాసముయొక్క శీఘ్రగతిని తగ్గించుటకును మూల మగునుగాన నాచమనము ఆయుర్వృద్ధికిని పరమసాధన మగుచున్నది. ఇయ్యది ప్రాణాయామమునకు పూర్వాంగము.

మఱియు నిర్మలునకే కర్మములయందు ప్రవేశము గలదుగాన నైర్మల్యము గలిగించుటకే ఆచమనము సర్వకర్మాంగ మగుచున్నది. మద్యపానము మున్నగువానియం దాసక్తిగలవారికి శ్వాసనాడులరంధ్రములు దుర్మలములచే నిండియుండునుగాన నట్టివారి కీయాచమనముతో ప్రయోజనము లేదనియెంచి తరుచుగ గర్మానుష్ఠానము చేయువానికి నడుమసంభవించు నశుద్ధిని బోగొట్టుటకై యిది విధింపబడియె. క్రమముగ నాచమనముచేసి శ్వాసమార్గమును శుద్ధిచేసికొనినవారికి ఎప్పుడును శ్వాసమార్గములయందు మలములుండకపోవుటచే దగ్గు, క్షయ మొదలగు శ్వాసరోగములు గలుగవు.ఆరోగములు శ్వాసదోషమువలనను శ్వాసనాడియందుండుమలములవలనను గలుగుననునంశము తెలియునెడ నాచమనముకంటె సులభముగ మలములను బోగొట్టుకర్మము వేఱొక్కటి లేదని తెలిసెడిని. దీనిం జక్కగ ననుష్ఠించునెడ క్షయము న్నగుగొప్పవ్యాధులు పుట్ట నేరవు. కావున మలసంబంధము కలిగినప్పుడును, కర్మమా

రంభించునప్పుడును, ముగించునప్పుడు నాచమనము చేయవల యు. ఇందు ప్రమాణము యోగశాస్త్రమునందును, వైద్యక మునందును గలదు. ధర్మశాస్త్రకర్తలును యోగశాస్త్రము నో, లేక వైద్యశాస్త్రముతో అనుసరించియే ధర్మముల జెప్పు చున్నారు. దాననే ధన్వంతరి స్మృత్యుక్త మంతయు సఫల మనియెంచి దానిని సర్వవర్ణములకు, సర్వదేశములకును సాధా రణ మగుదినచర్యాప్రకరణమున సంగ్రహించెను.

అట్లు లయయోగమును యోగవిశేషమైన మంత్రశా స్త్రమునందును మంత్రశాస్త్రజ్ఞు లాహ్నికమును సప్రయోజన ముగా నిరూపించిరి. ఏలన యోగమునందు దరుచుగ శ్వాస స్వభావము నాడీప్రచారము నవశ్యముగ నిరూపింపదగియున్న వి. మంత్రశాస్త్రమునందును భూతచికిత్సాదులకై స్నానాదుల కొఱకు జలస్వభావము తపముకొఱకు స్థలస్వభావము తెలుప దగినవియే యగు, మొదటినుండి యిందునిరూపింపబడినయంశ ము ప్రామాణికులచే నెట్లు నిర్ణయింపబడియుండెనో చూ చుదము.

దినచర్యయందు ధన్వంతరి శ్లో॥ ఉదయే సవితుః కాలే ప్రసృ తే స్సలిలస్యయః పిబేదష్టౌ।రోగజరాపరిముక్తో జీవేచ్ఛరదాం శతంసాగ్రం॥ సూర్యోదయకాలమున నెనిమిదిమార్లు చేతితో జలముపుచ్చు కొనునెడ రోగము ముసలితనము లేక నూరువత్సరములకు నె

క్కుడగుకాలము జీవించునని చెప్పెను. ధర్మశాస్త్రములయం దైననో ఉషఃకాలమున ఆచమనము మూడుసారులు[అనగా నొక్కొకతడవకు ముమ్మారు చేయవలయుగాన]తొమ్మిదిసారు లు చేయవలయు ననిచెప్పఁబడియున్నది. ధన్వంతరి యెనిమిది మారులు పుచ్చుకొనిన నాయువు నారోగ్యమును నొసగునని చెప్పెను. గాన విశేషము వ్యత్యాసము లేదు,

మఱియు నాకాలమునఁజేయు నాచమనముచే పోవురోగము లేవియనిన, శ్లో॥ అర్శశ్శోఫగ్రహణ్యో జ్వర జఠర జరాకుష్ఠమేదోవికా రా మూత్రాఘాతా స్రపిత్త శ్రవణగళ శిరశ్శ్రోణి మూలాక్షిరోగాః। యేచా న్యే వాతపిత్తక్షతకకఫకృతా వ్యాధయ స్సన్తిజంతో స్తాంస్తా నభ్యాసయో గా దపహరతి పయఃపీత మంతే నిశాయాః॥ మూలవ్యాధి నంజు జిగట విరేచనము జ్వరము కడుపుబ్బుట కుష్ఠవ్యాధి ముదిమి పొట్టపె రుగుట మూత్రమడ్డగించుట రక్తపిత్తము చెవిపోటు గండమా ల తలనొప్పి ఆసనరోగము నేత్రరోగము మఱియు వాత పిత్త వ్రణములు కఫ వ్యాధులు మున్నగునవి ప్రాతఃకాలమున జలపా న మభ్యాసముచేయుటవలన హరించుచున్నవని ధన్వంతరి వచిం చెను. అభ్యాసమువలన ననుటచే ఆచమనమున గ్రాహ్య మగుజ లముయొక్క పరిమాణ మభ్యాసముచే తెలియునని సూచింపఁబ డినది. ఇదిగాక ఒకనాడు పుచ్చుకొనినంతమాత్రమున నీరోగ ములు నివర్తింపవనియు, ప్రతిదినము నభ్యాసము చేయుటవలన నేనివర్తించుననియు, నారోగములు పుట్టినపిదప నాచమనమున

భ్యాసముచేసినను నారోగములు పోనేరవనియుసూచితమగుచు న్నది. ఏడుసంవత్సరములకు మీాదనే యీాయాచమనము చేయఁ బడుచున్నందునుగాన నాచమనముచే నివర్తించు రోగములలో బాలరోగములు చేర్పఁబడలేదు.

మఱియు ధన్వంతరి శ్లో॥ ఆయుష్యముషసి ప్రోక్తం మలాదీ నాం విసర్జనం । తదాంత్రకూజనాధ్మానోదరగౌరవవారణం ॥ ఉషఃకాల మున మలాదులను విడచుట వలన కడుపుబ్బరను పేగులరచుట మున్నగు వ్యాధులు హరించు నని చెప్పెను. ఇట్లు ధర్మశా స్త్రములయందుఁజెప్పఁబడు కర్మములయొక్క ఫలము వైద్యశా స్త్రమునననుసరించియె నిరూపింపవలనుపడియెడిని. వైద్యులును యోగశాస్త్రమును చక్కఁగా నెఱింగినంగాని శరీరతత్త్వ మంత గాఁ దెలిసికొనంజాలరు.-ఈ యర్థము భిషగ్వరా వరాఙ్గోహో యోగేషు పరినిష్ఠితాః। వైద్యశ్రేష్ఠులు యోగశాస్త్రమున నధికజ్ఞానము క లిగియుందురని యాజ్ఞవల్క్యుఁడు మైత్రేయితోఁ జెప్పెను.

బ్రాహ్మముహూర్తమున మేల్కనియుండుట బహుఫలం బని ధన్వంతరియే శ్లో॥ బ్రాహ్మే ముహూర్త ఉత్తిష్ఠేత్ స్వస్థో రక్షార్థ మాయుషః॥ ఆయువు రక్షించుకొనుటకై యారోగ్యవంతుఁడు బ్రా హ్మముహూర్తమున నిదుర లేవవలయునని చెప్పెను.

ఇప్పటివారు పాశ్చాత్యవాసనచే శరీరాత్మవాదులై యు న్నారు. ప్రాచీనులైననో ధర్మబద్ధులు నిజ మెఱింగినవారు నగుదురు. కావుననే జ్ఞాననిధియగు నాధన్వన్తరి॥ తత్ర సర్వా

ఘశాన్త్యర్థం స్మరేచ్చ జగదీశ్వరం॥ ఆబ్రాహ్మముహూర్తమున సర్వ పాపనివృత్తికై పరమేశ్వరుని స్మరింపవలయుననియు వచించెను.

దంతధావనము.

ఇఁక దంతధావనము నిరూపింపఁబడియెడిని

ముండ్లు కలవియు, పాలు గారునవియు నగువృక్షముల యొక్క పుడకలచేతను నేరేడు, మామిడిచెట్లచిగుళ్ళచేతన్నుదంతధావనము చేయవలయు నని ధర్మశాస్త్రకర్తలు చెప్పియున్నారు. యాజ్ఞవల్క్యాదు లున్నగువారు ఇటికరాయి, మంటిపెళ్ల, రాతిపొడిదంతధావనకు కూడదని నిషేధించి యున్నారు. ఇట్లే మొగలి, ఖర్జూరము, టెంకాయ మొదలగు చెట్లయాకులును నిషేధింపఁబడినవి. కొన్నిపుడకలయందును నొక్కొకరోగమును పోగొట్టుశక్తి కలదని వైద్యకాదులవలన దెలియుచున్నది. దంతధావనమువలనఁబోవురోగములను ధన్వన్తరి దినచర్యయందు ॥తేనాస్యరసవైరస్యగంధా జిహ్వాస్యజా గదాః॥ రుచివైశద్యలఘుతా నభవన్తి భవన్తిచ। నోరికిరుచి తెలియకుండుట నోరికంపు, నాలుకనోరువీనియందు బుట్టురోగమ్ములు పోవుననియు, రుచి తెలియుట, నైర్మల్యము- లాఘవము గలుగుననియు చెప్పియుండెను. ధర్మశాస్త్రములయందు చెప్పంబడు పుడకలు మున్నగునవి వైద్యకమునందును జెప్పంబడియున్నవి. ఎట్లన మఱ్ఱి, కానుగ. చండ్ర అత్తి, మామిడి, సంపెగ, ఉత్తరేణు, దానిమ్మ, తుమ్మ, మున్నగునవి తెలుపబడి యున్నవి. వీనిని

శోధింప వీనియందు వగరు ముఖ్యముగ గలదు. వగరు జీర్ణశక్తిని కలిగించునదియు, పొత్తికడుపును శుద్ధిజేయునదియు, పైత్యమును హరించునదియు, శీతవీర్యము కలదియు నని షడ్రసనిఘంటువు మున్నగువానియందు గలదు. కారము ప్రధానముగా గలవానితో దంతధావనము చేయునెడ దంతములకు నష్టము కలుగునని యెంచి యిట్టి కారాయిపొడి మున్నగునవి నిషేధింపఁబడినవి. వ్రేళ్ళతో చూపుడువ్రేలితో దంతధావనము చేయగూడదనుటకు కఫనాడి యా వ్రేలిచివర నుండుగాన దానికి నెముకతో సంబంధము కలిగెనేని దోషము కలుగునని యెంచి అస్థిసంచయనమున నిషేధింపఁబడినట్లు దంతంబులు నస్థులేగాన నిషేధింపఁబడెను.

ప్రాతఃకాలమున దంతధావనము విధింపఁబడుటకు కారణమేమన సూర్యోదయముకంటె ముందు ద్రవరూపములైయున్న మలములను పోగొట్టుకొనుట కనియె గ్రహింపవలయు. మఱియు ముందు జెప్పంబోవు వాచికయజ్ఞరూపమైనమంత్రజపమునకు పూర్వాంగమైనవాక్శుద్ధిని సంపాదించుకొనుటకును నుపయోగించుచున్నది. అందు నాలుకగీచుకొనుట సువర్ణరజతాదులచేతను, లేకున్న పత్రాదులచేతను చేయవలయు. భోజనాచారచర్యయందు ॥ జిహ్వోల్లేఖనం కార్యం సౌవర్ణం తామ్రమేవవా। తన్మలాపహారం శస్తం మృదు శ్లక్ష్ణం దశాంగుళం। పిత్తశ్లేష్మహారం రుచ్యం నైర్మల్యం చక్షుషో హితం। శ్రోత్రనాడ్యో విశుధ్యన్తే నరాణాం దంతి

ధావనాత్॥ నాలుకగీచికొనుటకు బంగారముతోగాని, రాగితో గాని యీరంగుళముల పొడవుగల బద్దను చేయించికొనవలయు దానితో నాలుక గీచికొనుట ప్రశస్తమగు. దంతధావనము వలన పిత్తశ్లేష్మములు హరించును. నాలుకకు రుచి తెలియును. నోరికి నైర్మల్యము కలుగును. కనులకు మేలు చేయును. చెవినాడులును నిర్మలము లగును. అని చెప్పంబడి యున్నది. ఈదంతధావనమున చెప్పంబడుపుడకలు మున్నగునవి తలుచుగ రోగములు పుట్టకుండుటకే యగు. రోగములు వచ్చినవారికి దంతధావనయోగ్యము లగుచూర్ణములు చెప్పంబడినవి. ఇట్లు దంతధావనముచే కదలిననోరియసహ్యమును పోగొట్టుకొనుటకై చన్నీరు పుక్కిలించివేయవలయు. ఈయుదేశము వైద్యకమునందును॥ గండూష మథ కుర్వీత శీతేన పయసా ముహుః। కఫతృష్ణామలహరం ముఖాన్త శ్శుద్ధికారకం॥ చల్లనినీరు పలుమారు పుక్కిలించి వేయవలయు. అట్లు చేయునెడకఫము, దాహము, అసహ్యమును పోగొట్టి నోరికి పరిశుద్ధిని గలిగించునని చెప్పంబడియున్నది. పిదప చన్నీరుచే ముఖము గడిగికొనవలయు ననిస్మృతులయందు గలదు. ఈయర్థము వైద్యశాస్త్రమునందును॥ ముఖప్రక్షాళనం శీతపయసా రక్తపిత్తజిత్॥ చన్నీరుతో ముఖమును గడిగికొనునెడ రక్తపిత్తమును హరించు నని చెప్పంబడియున్నది. అందువలననె మత్తెక్కినవానికిని, సొమ్మ వచ్చినవానికిని ముఖముమీాద చన్నీరుచ

ల్లునెడ తెలివి వచ్చుచున్నది. ఇట్లు బాహ్యశౌచముచేసికొని నిర్మలులై స్నానమునకు పోవలయు.

ప్రాతస్స్నానము.

ఇప్పుడు ప్రాతస్స్నానముయొక్క గుణము నిరూపింపబడియెడిని. కాలభేదమువలన స్నానంబును వేరువేరువిధముగ విధింపఁబడుచున్నది. మంచు అధికముగ నుండుకాలమున సూర్యుఁడు కొంచె ముదయించినవెనుక స్నానము విధింపఁబడుచున్నది. ఈయర్థము॥ మాఘమాసే రటన్త్యాపః కించి దభ్యుదితే రవౌ॥ మాఘమాసమున సూర్యుఁడు కొంచె ముదయింప జలములు క్షోభనొందుచున్న వనువాక్యముచే తెలియుచున్నది. అపుడు మంచు ప్రబలముగా నుండుగాన నధికముగా నుండుచల్లదనము నివర్తించుటకై సూర్యకిరణము లపేక్షింపఁబడుచున్నవి.

సంకల్పము, అఘమర్షణసూక్తజపము స్నానమున కంగము లగును. సంకల్పమునకు ప్రయోజన మేమనిన, వేఱువిషయమునందు ప్రవర్తించుమనసును ప్రకృతవిషయమునం దుంచుటయే సంకల్పమునకు ఫలము. మనస్సు వేఱువిషయమున నుండెనేని ననేకము లగుమంచిశక్తులు లోనఁ బ్రవేశింపవు కావున సంకల్పము లన్నియు మనసును ప్రకృతవిషయమున నిలుపుటకే యుపయోగపడియెడిని. ఇఁక అఘమర్షణమంత్రములు జలస్వభావమును జలాభిమానదేవతను, అందువలన తనశరీరమునకు గావలసినగుణమును ప్రతిపాదించును. ఈమంత్ర

శము తెలియుటకై స్థాలీ పులాకన్యాయమున నొకమంత్రార్థము విమర్శింపఁబడుచున్నది. శ్రు॥ హిరణ్యవర్ణాః ... విరూపాః॥ ఇప్ప టి వస్తుశోధనశాస్త్రము (సైన్సు) చదివినవారు నీరు రెండువిధ ములుగ విభజింపఁబడిన దని చెప్పి యంత్రసాధనముల ద్వారా కనబరచుచున్నారు. అందొకభాగము మంటతో కలిసికొనె నేని వెంటనే బంగారువర్ణము కలదై మండుచున్నది. రెండవ ది యొడినయేవస్తువు తనతో కలిసినను దానిని గాల్చుచున్నది. ఇట్లుండ వేదమునందు నిదే నొకవిధమున॥ హిరణ్యవర్ణాః=బం గారువర్ణముగలవి. శుచయః= కాల్చునవి పావకాః= పరిశు ద్ధిచేయునవి అనిమూడు భాగములు చేసి అచట వరుసగా పృ థివిని జెప్పుకశ్యపపదముచే భూమిని, ఇంద్రపదముచే పైఁజుపు మేఘము మున్నగువానిని చెప్పి॥ అగ్నింయా గర్భందధిరే॥ అనువా క్యముచే నగ్నిని బుట్టించునవి యనియు, ప్రతిపాదింపఁబడియు న్నది. జలము దాని స్వరూపముచే రెండువిధములే కాదు. ఇంకను శోధనచేసి విభజించునెడ రూపాంతరము కలదనియు తే లునని మంత్రార్థముచే తెలియుచున్నది. మఱికొంతకాలము నకు శోధకులజ్ఞానమునుబట్టి మూడువిభాగములు చేయుటయు సంభవింప నగును. ఈసూక్తమున రూపముమారిన నీటిని మ రల నీరుగాచేసెడి వరుణుఁడను నొకపాశధారి పడమటిదిక్కున కలఁడని॥ శ్రు॥ యాసాంరాజావరుణో॥ అనుమంత్రముచే తెలియుచు న్నది. ఈప్రకార మాంగ్లేయులు మఱికొంతకాలము కడచిన

రెండుపదార్థముల సంసృష్టియైనను బుద్ధివిడిచిపెట్టి యీజ్జలమునకు రూపాంతరము కలదనియు నిశ్చయించుటయు ఇట్టి శోధన చేయం జేయ కొలదికాలమున నాస్తిత్యక్త మంతయు ననుభవమునకు రాగలదని తోచెడిని. ఎప్పుడును పదార్థశోధనయందె పనిపూనినవారు కొన్నిశతాబ్దములకైనను మిగిలియున్న వేదమును యథార్థము చేయగలరని నమ్మకము కలదు. ఇట్లు సంకల్పముతోను, మంత్రములతోను ప్రణామము మొదలగువానియందు దేశకాలముల నతిక్రమింపక స్నానముచేయుటవలన గలుగు ఫలమును అది విడుచుటచే భరతఖండవాసులకు గలుగు ననేకరోగములను ధన్వంతరి చెప్పెను. ప్రాతస్స్నానము తీట నేత్రరోగము మొదలగు వానికి తగినయౌషధమని చెప్పబడియున్నది. అతిమూత్రము శుక్లస్రావము మొదలగురోగములకును, పిత్తాధిక్యమువలన గలుగు కొన్నిరోగములకును తలపుర్రెలోపల బుట్టెడురోగములకును ముఖ్యముగ చిత్తభ్రమకును ప్రత్యక్షఫలము నొసగు గొప్పయౌషధము ప్రాతస్స్నానమే యని తెలియుచున్నది.

స్నానపానాదులకు నదీజలము ప్రశస్తమైనను కొన్ని కాలములయందు కూడదని వాగ్భటాదివైద్యాచార్యులు నిషేధించియున్నారు. ॥నాదేయం వారి నాదేయం వసంతగ్రీష్మయో ర్వృథా॥ వసంతఋతువునందును, గ్రీష్మఋతువునందును నదీజలమును గ్రహింపకూడదనియు, వసంతగ్రీష్మయోః కౌపం॥ వసంతఋతువునందును

గ్రీష్మర్తువునందును బావినీటినే గ్రహింపవలయు ననియు వచించియున్నారు. ఇందునకు గారణ మేమనఁగా, వసంతగ్రీష్మములయందు మిగుల వేడియగు సూర్యకిరణములచే కాగియున్న నదీజలములకు స్వాభావసిద్ధమగు శైత్యగుణమే సంభవింపదు. లోతునను న్న నూతిజలమున కైననో కొంతకాలమే సూర్యకిరణసంపర్కము కలిగియుండును. కావున మఱికొంతకాలమునకు స్వభావగుణము నిలువఁగలదు. అట్లు వర్షర్తువునందును జలము కలుషముగా నుండుగావున నదీజలము నిషేధింపఁబడినది. కావుననే॥ శరద్యగస్త్యే రుదయా దఖిలం సలిలం హితం॥ శరదృతువునందు అగస్త్యనక్షత్రముదయింపగాం జల మంతయు నిర్దోష మగునని వైద్యశాస్త్రముననే చెప్పంబడియె. స్నానము బహుఫలము గలది కావుననే చారుచర్యయందు భోజుడు॥ రూపం తేజో బలం కాంతి శ్శౌచ మాప్యాయనం తనోః॥ దుస్స్వప్న నాశనం పుణ్యం స్నాన మాయుష్యవర్ధనం॥ అత్యన్తమలినః కాయో నవచ్ఛిద్రసమన్వితః। స్రవత్యేవ దివారాత్రం ప్రాతస్స్నానేన శుధ్యతి॥ రూపము, తేజము, బలము కాంతి, శౌచము తాపశాన్తి, దుస్స్వప్నములు రాకుండుట, ఆయుష్యవృద్ధి, పుణ్యము అనునవి స్నానగుణములు. శరీరము మిగుల మాలిన్యము కలదియు, తొమ్మిదిచిల్లులు కలదియునై రేలుంబవళ్ళు మలముల స్రవించుచుండునుగాన ప్రాతస్స్నానముచే శుద్ధినొందును అనివచించెను. స్నానముచేయునపుడు లోన ప్రవేశించినజలము శరీరమునకు గుణముగలిగించునది యైనను

శరీరమునకు వెలుపల నున్న జలము గుణకరము కానందున న దిఫోవుట కై పొడివస్త్రముచే తుడువఁబడుచున్నది.

వస్త్రధారణము.

ఇఁక వస్త్రధారణఫలము ప్రకృతము. ఈదేశమునందు తరుచుగ నూలువస్త్రమే ధరింపఁబడుచున్నది. అది మిగుల నౌషధప్రాయ మైనది. ఓషధులవలన గలిగిననూలువల్ల నేర్పడినయీవస్త్రమునకు గొప్పశక్తి కలదు. అది స్వాభావముననే శక్తిసహితమై ప్రతిదినము జలసంబంధమువలన గుణాతిశయము నొందుచున్నది. అధికగుణము గలిగియుంటనే నూలువస్త్రము మిగుల వాడుక చేయఁబడుచున్నది. దీనియం దేమిగుణము కల దనఁగా, నూలుకుమూలమైన ప్రత్తిచెట్టు సమూలంబును మహాగుణ వంతమైనది. ఎట్లన, ప్రత్తిచెట్టుయొక్క వేళ్లు విరేచనము కలిగించును. ప్రత్తికాయ కామిలను, క్షయను పోగొట్టు [illegible] అర్శోరోగమును నివర్తింపఁజేయును. ప్రత్తిపూతయు ననేకము లగు [illegible]నదోషముల తొలగించును. ప్రత్తిగింజయు కార్పాసమార్ణము మొదలగువానియందు ప్రధానమై అరుచి మొదలగు రోగముల హరించుచున్నది. అటులే రసమాంసాది దుష్టవ్రణములయందు మాంసక్షయము గలిగి రంధ్రము పడినపుడు నిర్మల మగుప్రత్తినూలుగుడ్డను బాగుగ మర్దించి పొడిచేసి యున్నచో నెడ మాంసము కలిగి రంధ్రము పూడుచున్నది. అట్టి శక్తిచే వ్రేలు గాయము కాగా గుడ్డపీలిక తడిపి వ్రే

లికి చుట్టినందున రక్తముకారుట నిలుచుచున్నది. అట్లే వమనరోగమునందు ఉదుకఁబడినతడిగుడ్డను వాసనచూచునెడ నారోగ్యము కలుగుచున్నది. ఈకారణమువలన దూదినూలుగుడ్డయందు గొప్పశక్తి కలదని నిశ్చయింపఁబడుచున్నది. ఆవస్త్రము నన్నియవయవములయందును సమముగ ధరింపగూడదు. మొలకు దిగువభాగమున నంతటను, పైభాగమున నొకానొకచోటను ధరింపవలయు. వస్త్రధారణ మనార్యులకు సిగ్గుగాచుకొఱకు, శీతవాతముల నడచుటకుమాత్ర ముపయోగపడుచున్నది. ఆర్యులకైననో శరీరముద్వారా బుద్ధిని సంస్కరించునదియై యుపయోగపడుచున్నదని సూక్ష్మదృష్టిగలవారు గ్రహించుచున్నారు. ధరింపదగువస్త్రములలో కార్పాసమేగాక పులిచర్మము, మృగచర్మము కంబళము మొదలగునవియుఁ జెప్పఁబడుచున్నవి. అందు గార్పాసవస్త్రముయొక్క గుణము చెప్పఁబడియె. మృగచర్మము మిగుల మృదువైనది. ఇది కష్టమున కోర్వనివాఁడును,బ్రహ్మచర్యవ్రతస్థుండు నైనబ్రాహ్మణునకు విహితము. వనస్థగృహస్థాదులకు నుపయోగించు పులితోలు క్రూరమైనది. ఈచర్మములు మేదస్సువలన జనించుచున్నవి. వీనియందు వైద్యుతశక్తి స్పష్టముగా గనపడుచు[illegible] ధావళి మొదలగునవియు నట్టివే యగు. గొఱ్ఱెలు [illegible]లగునవి యోషధుల నన్నిటిని భక్షించుచుండును. ఆయో[illegible]లశక్తివలన వానిరోమంబులును వైద్యుతశక్తిచే పూర్ణము

[illegible]

లై యుండును.

కార్పాసవస్త్రము మంచిశక్తిగలదైనను దానిని బిగువుగా ధరించునెడ నచ్చోట రక్తమునకు హాని గలుగు. ఈ దేశము ఉష్ణాధిక్యము గలదికావున నిందుండువారలకు వస్త్రము తగిలితగులనట్లు ధరింపఁబడినదై గుణమును గలిగించును. ఇం దిదిదృష్టాంతము. ఈదేశమునందు స్త్రీలు తరుచుగ రవికలను బిగువుగ ధరించుచుందురు. వారలయొక్క బుజములను జూడగా వస్త్రమును బిగువుగా ధరించినందున నందగురక్తము స్వాభావగుణమును విడిచి వెల్లదనము పొందియుండుట స్పష్టముగా గనఁబడుచున్నది. దీనిఁబట్టి శీతాధిక్యముగల యుత్తరదేశములయందు దృఢమగువస్త్రము బిగువుగా ధరింపఁబడుచున్నను ఈదేశముయొక్క స్వభావమునుబట్టి లోపల గాలి యనుకూలముగ దిరుగునట్లు తేలికయగువస్త్రమును తగిలితగులనట్లు [illegible]యునని విధింపఁబడియున్నది.

[illegible]యందు నేకరూపముగా వస్త్రము [illegible] ధరింపఁగూడదని [illegible] రేని [illegible]. శరీరము [illegible]కాయము (నాభికిపైభాగము) అధఃకాయము (నాభికిక్రింది భాగము) అని రెండుభాగములు కలిగియున్నది. [illegible] క్రిందను నున్నయింద్రియములయొక్క [illegible] [illegible] కాయము పవిత్రమని [illegible] [illegible] చెప్పఁబడుచున్నది. [illegible]

ము జన్మించునెడ నౌషధములచే నవద్వారములగుండ మలముల నుపోగొట్టి శీఘ్రముగా నివృత్తిచేయుటకు శక్యమగును. అథఃకాయమునందే రోగము జనించునెడ ప్రస్వేదనము, శస్త్రము, అగ్నియున్నగుచికిత్సలచే గాని నివర్తించుట లేదు. దీనింబట్టియు నూర్ధ్వకాయము పవిత్ర మనియు, నథఃకాయ మపవిత్ర మనియు నిశ్చయింపఁబడుచున్నది. ఈయర్థమును దెలుపుటకే యుపనయనకాలమున మౌంజి గట్టబడుచున్నది. ఇచటనిరంతరమగు వాయువువలన గలిగినరోగములు పోవుటకును, ఆవాయువునకు ప్రకోపమును గలిగించుమేదస్సు మొదలగునవి నిరంతరము బైలువెడలుటకును అథఃకాయమునందు ఎల్లప్పుడును వస్త్రము ధరింపవలయునని విధింపఁబడెను. అచట నెల్లప్పుడు వస్త్రము ధరించునెడ నది యచ్చటిచెమట నాకర్షించును, అందుచే రోగములు జనింపవు. అచట మేదస్సు పెరిగనేని చెమట గట్టిబడును. చెమట రోమకూపములయందే యారిపోయెనేని గజ్జియున్నగు రోగములు గలుగును. అచ్చట నెల్లప్పుడు వస్త్రమును ధరించునెడ నదియచ్చటిచెమట నాకర్షించుటచే మిగుల నారోగ్యకరమే యగుచున్నది. దీనిం బట్టి యూర్ధ్వకాయమున ధరింపఁబడువస్త్రముకంటె నథఃకాయమున ధరింపఁబడువస్త్ర మపవిత్ర మైనది.

ఊర్ధ్వకాయమున యజ్ఞోపవీతమువలె వస్త్రము ధరింపవలయునని చెప్పంబడినది. దానికి కారణ మేమనఁగా, ర

క్తశుద్ధిస్థాన మని ప్రసిద్ధ మైనహృదయము కేవలము వక్షమున మధ్య భాగముననే లేదు. అది కొంచె మెడమవైపునకు మిగిలి యున్నది. అందుండురక్తము గట్టిపడియెనేని నాడు లన్నిటియందుఁ బ్రవహింపనేరదు. అట్లు ప్రవహింపకున్న నసం తములగు రోగములు జనించును. కావున నాహృదయస్థానమం దుండునుష్ణమును గాపాడుటకై వస్త్రము ధరింపబడు. ఇతరాం గములయం దైననో ఈదేశ ముష్ణాధిక్యము కలదియేగావున ను ష్ణ మపేక్షింపబడదు.

స్త్రీలకును వస్త్రధారణ మిట్లే యగు. అయినను వారిలయం దొకవిశేషము కలదు. రక్తవస్త్రము పురుషులకు కూడదని ని షేధము కలదు. స్త్రీలకది యావశ్యకము. ఎరుపురంగునందు సుధాసంబంధ ముండుటవలన గుణాధిక్య కలదు. కావున నెర్రని వస్త్రముధరించునెడ శరీరసంబంధ మగునుష్ణ మధిక మగును. దీనిచే రక్తము ద్రవీభూతమై నియతముగా వెడలుచుండును. కావున స్త్రీలకు పురుషులకంటె వస్త్రములు, భూషణములు మున్నగునవి అధికముగా నుండవలయునని విధింపఁబడియె గాని యితరులకుంబలె కామముచే నిర్ణయింపఁబడినవి కావు. అం దువలననే॥ స్త్రియం సంభావయే న్నిత్యం భూషణాచ్ఛాదనాదిభిః॥ వ స్త్రములు, అలంకారములు మొదలగువానిచే స్త్రీలను సమ్మా నింపవలయునని మొదలుగా స్మృతులయందుఁ జెప్పఁబడియె. స్త్రీలకును ఎడమభాగమున హృదయమున పురుషులకుంబలె

వస్త్రము ధరింపదగినదని యెఱుంగవలయు. అందువలననే ఎల్లప్పుడును కర్మముచేయుటయందు ప్రవర్తించు త్రైవర్ణికులకు ఎల్లపుడును యజ్ఞోపవీతము విహితమైనది. అది చర్మమైనను లేకవస్త్రమైనను సుష్ణగుణము కలవియే గావున॥ నిత్యయజ్ఞోపవీతీ యని ధర్మములయందును, శ్రు॥ అజినం వాసో వా దక్షిణత ఉపవీయ॥ అని శ్రుతియందును విధింపఁబడియెను. అపరిశుద్ధమగు నథఃకాయసంస్పర్శంబున సంభవించు నశుద్ధి పరిహారమునకై వస్త్రముధరింపగనె యాచమనము విధింపఁబడినది.

పుండ్రధారణము.

అనంతరము పుండ్రము ధరింపవలయు. ఇందు రెండు విధముల వికల్పములు గలవు. కొందఱు తిర్యక్పుండ్రమును, మఱికొందఱు ఊర్ధ్వపుండ్రమును ధరించుచుందురు. తిర్యక్పుండ్రమున భేదము లేదు గాని యూర్ధ్వపుండ్రమునం దనేకభేదములు గలవు. పుండ్రములేక చేసినకర్మము నిష్ఫలమని చెప్పఁబడుటవలన పుండ్రము కర్మాంగ మగుచున్నది. సర్వవిధమగు పుండ్రంబు నానాదేవతలను భజించుటయం దాసక్తి గలవారలచే నానాదేవతాచిహ్నముగా ధరింపఁబడుచున్నది. ఎటులన, శైవులు తిర్యక్పుండ్రమును, వైష్ణవు లూర్ధ్వపుండ్రమును ధరించుచున్నారు. శివోపాసన జేయువారలబొట్టు ఏకవిధమైనదిగావున మొదట దీనిప్రయోజనము నిరూపింపఁబడుచున్నది. దీనికి త్రిపుండ్రమని పేరు. ఇది భస్మముచే నాచరింపఁబడును.

ఆయాచోట్ల నడ్డముగాఁ బెట్టుకొనఁబడుచుండుట
క్షుంద్రమని పేరు కలిగెను. ఇయ్యది ధర్మశా
దును, శ్రుతులయందును, ఉపనిషత్తులయందును
చున్నది.

వానిలో జాబాలమను నుపనిషత్తు భస్మ
రూపమును బాగుగ నిరూపించుచున్నది. ఎల్లని
యగు పరమేశ్వరునియనుగ్రహముచే పశువుల (
మలము (దోషము) పరిపక్వమగుటకొఱకు నాద
తమగు తత్త్వము త్రివృత్కరణము చేయఁబడును.
తమమునుండి రజమును, రజోగుణమునుండి స
పొంది యిట్లు క్రమముగా సత్త్వమునందు లయిం
కోరవలయు. ఇదియే త్రివృత్కరణము. ఈ
ధించుటకే ప్రతికర్మము చేయునప్పుడును ఈ రేఖ
యు. కావుననే జాబాలశ్రుతి భస్మమును జేం
ట్లు చెప్పెను. గోమయ మగ్నిచే దహింపఁబడి
అందు గోవులు నంద, భద్ర మొదలగు పేర్లు కల
హారములు తినకుండునవియు కావలయు. గోవు
వులు (జీవులు) అని శ్రు॥ ఏతావంతోవై పశవః॥
దెలియుచున్నది. ఆగోవులయొక్క మలము గ
జీవులయొక్క అవిద్యారూపమగుమలముతో పో
ఆగోమయము (మలము) అగ్నిరూపుఁడగు రుద్ర

డుచున్నది. అందువలన మొదటికైన ల్యమును విడిచి కాలుచున్న డెల్లదనముపొంది కొనకు తెల్లగా శేషించును. ఇందు అగ్ని రుద్రుఁడు. నలుపు అనగా తమోగుణము. ఎఱుపు రజోగుణము. తెలుపు సత్వగుణము. దీనింబట్టి పశువుల (జీవుల) యొక్క యనాదిసిద్ధ మగుమలము రుద్రునియనుగ్రహము లేక దహింపఁబడదు. అట్లు దహింపఁబడగా జనుఁడు శుద్ధసత్త్వ స్వభావుఁడుగా శేషించుచున్నాఁడు. అనునర్థ మేర్పడుచున్నది.

గోమయ మేలాటి దన, గోవుయొక్క శరీరమున పలు విధములగు నోషధులు పరిపక్వ మగుటవలన గలుగునది. గోశరీర మైననో పిత్తప్రధాన మగురోచనమునకు నివాస మైనది. కాన బహుగుణము కలదియు, దధ్యాదులవలన సర్వలోకోపకారక మైనదియు గావున గోశరీరము పరమపవిత్రంబును పరమపూజ్యంబు నైనది. గోశరీరమునగల యాశక్తియే గోమయంబునను గలదు. కావుననే రసవిషాదులదోషంబుల నడచి పరిశుద్ధి జేయునని వైద్యకమున గౌరవింపఁబడియున్నది. అందువలననే సూ॥ శోధకద్రవ్యాణి గోశకృ ద్భస్మచ॥ గోమయము, భస్మము శుద్ధిజేయువస్తువులనిక ల్పసూత్రకారులచే పేర్కొనఁబడియున్నది. అట్టి గోమయము గ్రహించుటకు అదివరకు మూడు దినములనుండి మంచిశ [illegible]లదూర్వాద్యోషధుల నావులకు మేపి వాని గోమయము క్రిందబడ కుండ నంతరిక్షముననె గ్రహింపవలయు. అట్లు గ్రహింపఁబడిన గోమయమును మట్టిపాత్ర

యందుంచగూడదు. లోహశక్తి యధికముగా నుండునుగాన వెండిపాత్రమున్నగువానియం దుంచవలయు. అంతమాత్రము చాలదని యం దావుపాలు మొదలైనవియుఁ జేర్పవలయునని చెప్పఁబడియున్నది. అందు పాలు, పెరుగు, నెయ్యివీనిగుణ మందఱు నెరింగినదే. గోమూత్రముగుణ మైననో అద్భుతము. ఇది నంజు మున్నగుమహావ్యాధులఁ బోగొట్టును. కాల్పఁబడు నయస్సు మున్నగు లోహముల పరిశుద్ధి చేయును. ఇట్టి గోమూత్రముతో పిడకలు చేసి ఇనుపవిగాక తక్కులోహపాత్రములయం దునిచి యెండించి దానియం దగ్నిని ప్రవేశపెట్టి పరమేశ్వరరూపముగా భావించుచు విరజామంత్రములచే దహించుచు నందు నక్షతలను (బియ్యపుగింజలను) చల్లవలయును. వస్త్రగాని, ఉమకగాని యుంచగూడదు. దీనిభావమేమనఁగా, ఎవఁడేని మనుజుఁడు అనేకజన్మములను తన్మూలదుఃఖములను ననుభవించి వానియం దధిక మగువిరక్తి నొంది తిరిగి జన్మములు నివర్తించుటకై పూర్వపుణ్యవశమున జ్ఞానము నార్జించియు, ప్రారబ్ధవశమున నిలిచి యున్న దేహమును పునరుత్పత్తిసాధనము గాకుండ పరశివజ్యోతిస్సునందు హోమము చేసి తాను ప్రకాశరూపుఁడై భస్మయోగమును పొందునని గ్రహింపవలయు. ఇట్లు శివజ్యోతిస్సునుండి గ్రహింపఁబడిన భస్మమును శిరమునందును, లలాటమునందును, వక్షమునందు భుజములయందును ధరింపవలయునని శ్రుతి చెప్పుచున్నది. నాభి

యందు, సంధులయందును ధరింపవలయునని స్మృతులయందు ను, పురాణములయందును జెప్పంబడియున్నది. సంధులయందు కఫ మధికముగా నుండునుగాన అది గట్టిపడిచేష్టకు బాధక మగునని యది గట్టిపడకుండుటకును, సంధులయందే భస్మవీర్య ము ప్రవేశించుట సంభవముగావునను నచట ముఖ్యముగా భ స్మము ధరింపవలయునని చెప్పఁబడియెను. మఱియు, రోమ కూపములయం దంతటను దోషము వెడలుచుండుగావున నాదోష ము నివర్తించుటకై భస్మముచేత నుద్ధూళనము విధింపఁబడి యెను.

అందు భస్మము చేయుమంత్రములు విరజామంత్రము లు, ఆమంత్రములయందు సర్వదోషములు పోవుటద్వారా విపాప్మత్వరూప మగుమోక్షము ప్రార్థింపఁబడుచున్నది. ఆ భస్మము మూఁడురేఖలుగా ధరింపబడును. ఈమూఁడురేఖల చే తోఁచుపదార్థత్రయము నెఱుంగుటయే ఈసంఖ్యకు ప్ర యోజనము. అందు నాదరూపమును ప్రకటించుటకై రేఖా కార మేర్పడినది. ఈనాదముచే తెలిసికొనదగినది పదార్థత్రి యము. అని శ్రుతులయందుఁ జెప్పంబడియె. వానిసంగ్ర హ మేమనిన, పశువు, పాశము, పతి అనుమూఁడుపదార్థములు ను, బ్రహ్మవిష్ణురుద్రు లనుత్రిమూర్తులును, సత్త్వరజస్తమము లనుమూఁడుగుణంబులును, భూమ్యంతరిక్షస్వర్గము లనుమూ ఁడులోకంబులును, జాగ్రత్స్వప్నసుషుప్తు లనుమూఁడవస్థలును

చంద్రసూర్యాగ్నులనుమూడుతేజస్సులును. అకారోకారమకారంబులనుప్రణవాంతరమాత్రలును, ఋగ్యజుస్సామములనుమూడువేదములును, ఆణవమాయికకార్మికంబులనుమూడుమలంబులును, ఇచ్ఛాజ్ఞానక్రియలనుమూడుశక్తులును, భూతభవిష్యద్వర్తమానంబులనుమూడుకాలంబులును. ఇవ్విధంబున నీసంఖ్యయందుఁ జేరని వస్తువే లేదుగాన సర్వంబును త్రిపుండ్రముచే చెప్పంబడునని యుపనిషత్తులయందు సవిస్తరముగాఁ జెప్పంబడియె. ఇట్లు సర్వమును దెలుపుత్రిపుండ్రమును శ్రు॥ త్రిపుండ్రం భస్మనా కరోతి అని శ్రుతి విధించుచున్నది.

మఱియు జాబాలశ్రుతి విభూతి, భస్మ, భసితము, క్షారము, రక్ష అని భస్మమునకై దునామములు కలవని చెప్పుచున్నది. ఈనామములకు దగుకారణంబును కలదు.

లోకమునందు, కపిల, రక్త, కృష్ణ, శ్వేత, చిత్రవర్ణభేదమువలన గోవులు అయిదుభేదములు గలిగియున్నవి. వానిపాలకెట్లు గుణభేదము కలదో వానిగోమయమునకు నట్టిభేదము గలదు. వానిపాలకు గుణభేద మెట్లనిన, ధన్వన్తరి॥ గవాం సితానాం వాతఘ్నం కృష్ణానాం పిత్తనాశనం॥ కఫఘ్నం రక్తవర్ణానాం కపిలానాం త్రిదోషజిత్। అని చెప్పియున్నాఁడు. అంతు పృథ్వ్యాంశవహ్న్యంశములు పిత్తమున నుండు ననియు ఆకాశవాయువులు చేరి వాత మనియు, జలముమాత్రము కఫ మనియు, అందు పిత్తము పచ్చనిది, ఉత్పత్తిసాధనము బ్రహ్మయనియు, వాతము స్థి

తిసాధనము, నీలవర్ణము, హరియనియు, కఫము ప్రళయసాధనము, శ్వేతరూపము రుద్రుండనియు వైద్యకరహస్యంబున గలదు. అట్లు శ్రుతియు గోవుల భేదమునుబట్టి వానిశరీరకములయందు పృథివ్యాద్యంశములు కలవని యందుండు శక్తులను నిశ్చయించి జనకములగు గోవులభేదమునుబట్టి జన్యమగు భస్మమునకును భేదమును బోధించుచున్నది. అందు పృథివ్యంశము కపిలవర్ణయగుగోవునందధికముగానుండునుగానదానివలన గలిగినభస్మము భూతి యను పేరుగలది యని చెప్పెను. ఇది రాజులు కోరదగినదిగాన శ్రు॥ఐశ్వర్యకారణా ద్భూతిః. అని వివరించెను. అట్లే శ్రు॥భస్మ కల్మష భక్షణాత్॥చిరపరిపాకముచే పరిణతములగు పాపములు శరీరము నాశ్రయించి మలరూపముగా నుండును. జలమునకు మలశోధకత్వముకలదుగాన జలతత్త్వమునకధిష్ఠానమగుగోవువలన కలిగిన భస్మము మలములనాకర్షించు నని భావము. మూడవది భసితము శ్రు॥ భాసనా ద్భసితం ప్రోక్తం॥ అని వివరించెను. సమస్తమును ప్రకాశింపఁజేయునదిగాన భసితమని పేరుగలిగెనని యర్థము. తేజస్సునకు ప్రకాశకత్వశక్తి గలదు. అట్టి తేజస్తత్త్వమున కధిష్ఠాన మగుగోవిశేషమున గలిగినది భసితమని భావము. నాల్గవది క్షారము. శ్రు॥ క్షారణాదాపదాం క్షారం॥ ఆపదయనగా నవిద్య దానిని పారదోలునది యని యర్థము. పారదోలుట వాయువుయొక్క ధర్మముగావున ఆవాయుతత్త్వము ప్రధానముగా గల గోవువలనగలిగిన ద

ని భావము. అయిదవది రక్షా, అనునది. శ్లో॥ రక్షారక్షాకరీ సదా॥ భూతప్రేతపిశాచాదులు భవభీతి వీనినుండి రక్షించునదిగావున రక్ష అని దీనికి పేరుగలిగెనని భావము. ఆసంరక్షణము పరోక్షమైనదిగాన పరోక్షమైనయాకాశతత్త్వము ప్రధానముగా గల గోవువలన గలిగినదని భావము.

ఇంక స్నానము చేయగనె భస్మము ధరింపబడుటకును, భస్మధారణమున కాగ్నేయస్నానమని వ్యవహారము కలుగుటకును కారణము నిరూపింపబడుచున్నది.

ప్రాతఃకాలమున స్నానము చేసి శుద్ధవస్త్రముల ధరించి భస్మము ధరింపవలయునని విధికలదు. దానిభావమేమనిన స్నానమువలన శరీరమందంతటను శైత్యము గలుగగా శరీరచర్మబహిర్భాగములగుమలములు పోయినను లోనిమలములు గట్టిపడును. అవి గట్టిపడునెడ పూర్వము చెప్పబడిన విధమున వ్యాధి తటస్థించును. అట్లు వ్యాధి తటస్థింపకుండుటకు సంధులయందును, భ్రూమధ్యమను బుద్ధిస్థానమందును, భస్మము ధరింపబడుచున్నది. స్నానముచే శరీరము శుద్ధమైనను బుద్ధిశుద్ధియు నావశ్యకమే. బుద్ధిస్థానమున నుష్ణము గాపాడకున్న బుద్ధిశక్తి యకుంఠితము గానేరదు. మఱియు బుద్ధి ననుసరించి శరీరము ప్రవర్తించుటకును సంధిబంధములయందున్న కఫము ద్రవీభావము నొందకున్న సౌలభ్యము కలుగదు. కావున సంధుల యందును, బుద్ధిస్థానములుగా ప్రసిద్ధములైన శిరోలలాటాదుల

యందును భస్మము ధరింపఁబడుచున్నది. సర్వసామాన్యము గా కర్మములు చేయుకాలమునందు బుద్ధిశుద్ధియు, సంధిసాకర్యంబును నపేక్షితములే కావున భస్మధారణము సర్వకర్మాంగ మగుచున్నది. అయినను స్నానమువలన శరీర మంతయు చల్లబడియెగాన నప్పుడు బుద్ధిస్థానాదులయందుష్ణమును గాపాడుటకై యవశ్యముగా భస్మధారణము విధింపఁబడినది.

భస్మమునకు శీఘ్రముగ జలమును బీల్చుశక్తి గలదని వైద్యశాస్త్రమునవలనను అనుభవమునవలనను దెలియుచున్నది. జలమును బీల్చుటకు మృత్తికసూర్యకిరణము నపేక్షించునుగాని అట్లుభస్మ మపేక్షింపదు. భస్మఘుటికను గ్రహించి దీనికొనమాత్రము నీగునకు దవిలించినను నీరు నంతను గ్రహించును. శిరోరోగమధికముగా సంభవించియున్నపుడు భస్మ నొకగుడ్డ సంచియందునిచి యాసంచినితలగడగా నిడికొని నిద్రింపవలయునని వైద్యకమునఁ జెప్పఁబడియున్నది. శిరమునందలి కఫమునకు మూలమగుజలము భస్మముచేత నాకర్షింపఁబడి భస్మమునందె లయించునని భావము. ఇంతమాత్రమెగాక జలసంసృష్ట మగుభస్మమునుండి వెడలుసుగంధము పైత్యమును బాగుగ శమింపఁజేయును. స్నానముచేత పిత్తప్రకోపము, ధాతుపౌష్కల్యము గలుగునని చెప్పఁబడెను. పిత్తము ప్రకోపింపనదియె ప్రతిదినంబును పరిణతమై యనలపిత్తమగుచు వాంతిని

గలిగించును. సజలభస్మముయొక్క సుగంధము లోనఁ బ్రవేశించి వాంతిని శాంతింపఁజేయును. గాన ప్రాతఃకాలమున సజల మగుభస్మముచే నవగుంఠనము (సర్వావయవములకు పూత) చెప్పఁబడియెను. మఱియు, ప్రాతఃకాలమునందలి సూర్యకిరణములకు పిత్తజనకత్వము కలదని నిరూపణము కాఁగలదు. కావుననే॥ అభుక్త్వామలకం పథ్యం॥ ఈమొదలగు వచనములచే ప్రాతఃకాలమునందు పైత్యహార మగుపదార్థము సేవింపవలయునని చెప్పంబడి యున్నది. జలసంసృష్ట మగుభస్మముయొక్క సుగంధమునకు పైత్యహారత్వము అనుభవసిద్ధము. ఇఁక, ఆగ్నేయం భస్మనా స్నానం॥ భస్మోద్ధూళనము చేసికొనుట ఆగ్నేయస్నాన మనునంశము వివరింపఁబడును. స్నానమనగా బాహ్యము, నాభ్యంతరము నగుమలమును బోగొట్టు నొకానొకకర్మము. అందు భస్మద్రవ్యకమునందు ఆగ్నేయత్వ మధికముగా గలదు. ఇందిదిరహస్యము. జలము రోమకూపములద్వారా శరీరమునఁ బ్రవేశించి యందు శైత్యమును గలిగించి మలమును పోగొట్టుచున్నది. ఆజల మీకార్యమును నిర్వహించుటకై ప్రవాహ వేగమును, జలాధిక్యమును నపేక్షించుచున్నది. ఏలన, కొంచెము జల మొకయవయవమునఁ బడియెనేని అది వాయువుచేత నారిపోయి కార్యమును నిర్వహింపనేరదు. అందునకై పూర్ణమగు కార్యనిర్వాహమును గోరి తటాకాదులయందుగాని, నదులయందుగాని స్నానము చేయవలయునని

విధింపఁబడియున్నది. భస్మము స్వభావమువలన వాయువుచే గాని, సూర్యకిరణములచేగాని పోవునదికాదు. ఆవాయ్వాదుల సంబంధమునందు-ఈభస్మమునకు వీర్యమధికమైయగును. ఆ కారణమువలన భస్మధారణము ఆగ్నేయస్నానమని చెప్పఁబడియెను. అగ్ని నొకచోట నుంచునెడ నెంతవేగముగా లోనఁబ్రవేశించి నీరునాకర్షించునో భస్మంబు నట్టులే యాకర్షించుగాన శ్లో॥ ఆగ్నేయం భస్మనాస్నానమనియు, శ్లో॥స్నానాద్యశక్తస్స తతం భస్మస్నానం సమాచరేత్ అనియు విధింపఁబడియున్నది.

ఊర్ధ్వపుండ్రము.

ఇఁక నూర్ధ్వపుండ్రము నిరూపింపఁబడును. ఇయ్యది అథోర్ధ్వగతికామానా మూర్ధ్వపుండ్రం విధీయతే॥ ఊర్ధ్వలోకగమనము గోరువారలకు ఊర్ధ్వపుండ్రము విధింపబడుచున్నది యనుశాస్త్రముచే విధింపఁబడుచున్నది. ఆయూర్ధ్వలోకగమనము పరముక్తి, క్రమముక్తి యని రెండు విధము లగు. ఇది నిలువుగీరలుగా నుండునుగాన నూర్ధ్వపుండ్రమని చెప్పఁబడుచున్నది. ఇందువిష్ణుభక్తు లధికారులు. ఇది మృత్తిక, చందనము ఈరెండిటిచే ధరింపఁబడుచున్నది. ఈయూర్ధ్వపుండ్రము సచ్ఛిద్రము, అచ్ఛిద్రము, సపాదము, విపాదము మున్నగా ననేకభేదములు కలిగియున్నది. దీనివిధులు, ప్రయోజనములు క్రమముగాఁ జెప్పఁబడును. అందు చందనద్రవ్యకము వాసుదేవోపనిషత్తునందు చెప్పఁబడియెను. గోపీచందన మనునది మృత్తేయనియు,

అది జలముచే నూర్ధ్వముగ ధరింపఁబడవలయు ననియు, ఇదివి ష్ణుమూర్తికి ప్రీతికర మనియు తెలుపఁబడియున్నది. భస్మము శీఘ్రముగా ద్రవమును కొంచె మాకర్షించును. మృత్తు సూర్యకిరణసహాయమువలన క్రమముగా ద్రవమును నిశ్శేషముగా నాకర్షించును. భస్మము శరీరమున కొంచెము సే పుండును. మృత్తు చిరకాల ముండును. ఈశక్తి శ్వేతమృత్తునం దధికముగా గలదు. అందువల్లనే యిది ధరించిన చోట తెల్లనగా గుర్తు పడుచున్నది. మఱియు దీనిని భగవంతునిచరణరూపముగా ధరించుటవలన గొప్పపుణ్యంబును గలదు. ఇది ధరించిన వానికేగాక యీవిషయము తెలిసిచూచినవానికిని సుకృతంబు గలుగును. దీనిరహస్య మేమనగా, భగవంతుఁడగు విష్ణుమూర్తి యందఱకునువందనీయుఁడు. అద్దేవునిచరణ మందఱకు రక్షకముగదా. ఆచరణము రెండుశక్తులయొక్క రూపములచే రెండువిధము లైనది. ఆరెండుశక్తు లేవనిన స్థావరముజంగమమునగు. స్థావర మనగా భూమిజంగమ మన లక్ష్మియు నగు. ఇందు అచేతనముభూమియు, చేతనము లక్ష్మియునగుగదా. అందువలననె లోకమున భూమి అచల యనియు, లక్ష్మి చంచల యనియు వ్యవహరింపఁబడుచున్నది. ఇందు మృత్తురూపమైనది భూమియు, హరిద్రాచూర్ణరూప మైనది లక్ష్మియు వీరును భగవంతునిచరణమున ప్రపత్తి గలవారలే, వారలను ధరించుట వారలకు భర్తయగు విష్ణుమూర్తి మాకు పూజ్యుఁడను భావమును దెలుపుచున్నది.

మఱియు నారోగ్యము, నపవర్గంబును రెండే పురుషులు కోర దగినవి. అందు భూమి సర్వౌషధులకు నివాసభూతమైనదిగాన దానిచేత నారోగ్యంబును, లక్ష్మి బ్రహ్మవిద్యారూపిణి గావున నామెచేత ముక్తియు గలుగు. ఇట్లు భగవచ్ఛరణముల వలననె యిష్టసిద్ధి గలుగుగావున ఆరోగ్యము నపవర్గమునొసగు స్థావరజంగమముల నధిష్ఠించిన భూలక్ష్మీరూపమైన శక్తిద్వయముచే నాశ్రయింపఁబడినచరణములుగల భగవంతునిచరణములు ధరించుట యావశ్యకము.

ఇందు మాధ్వులు పంచముద్రలతో గూడినపుండ్రమును ధరించుచున్నారు. అందునకు పంచాయుధపరిమండితుఁ డగు నారాయణమూర్తిని స్మరించుటయే ప్రయోజనము. భస్మపుండ్రము, ఊర్ధ్వపుండ్రము ఈరెండును కొన్నిరోగములయందు నివర్తకముగను, కొన్నిపాతకములయందు ప్రాయశ్చిత్తముగను విధింపఁబడినది. ఎట్లన, కఫరోగమునకు॥ మృత్పుండ్రం ధారయే న్నిత్యం మాస మేకం కఫార్దితః॥ కఫరోగి యొకమాసము మృత్పుండ్రము ధరింపవలయుననియు,॥ భస్మచ్ఛన్నో భస్మశయ్యాశయానో రుద్రాధ్యాయీ ముచ్యతే సర్వపాపైః॥ భస్మచ్ఛన్నుఁడై రుద్రాధ్యాయమును పఠించువాఁడు సర్వపాతకముల నుండి విముక్తుఁడగుననియు చెప్పంబడియుండెను. ఇట్లు మృత్పుండ్రాదిధారణమునకు కఫాదిరోగనివర్తకత్వము లేకున్న నీవచనములు సార్థకములు గానేరవు. ఈవిధమున పుండ్రధారణ

ము సప్రయోజన మనుట నిస్సంశయము. ఇట్లు సర్వకర్మాంగము లగునీపుండ్రములను కులాచారమును బట్టియు నుపాస్య దేవతలను బట్టియు ధరింపవలయు. ఇట్లు పుండ్రము ధరించి ప్రతిదినము సూర్యుఁ డుదయించుటకు ముందు వర్ణానుసారముగా భగవదుపాసనారూప మగుసంధ్యోపాసనము చేయవలయు.

సంధ్యావందనము.

ఏదిమాత్రమున్నను సర్వకర్మఫలము లభించునో మఱియెద్దాని నాచరింప ప్రతిదినంబును దెలియక చేయుపాపములు నశించునో అట్టిసంధ్యావందనము నిరూపించుట ప్రకృతము. దీనియందు ఆచమనము, ప్రాణాయామము, తీర్థతర్పణము, మూలమంత్రజపము, అని నాలుగువిభాగములు గలవు. వర్ణభేదమును బట్టి మంత్రములు, తంత్రములు వేర్వేరైనను ఈ నాలుగంగములు మాత్ర మందఱకు సమానములు. వీనిలో నాచమనముయొక్క ప్రయోజనము నిరూపింపఁబడియెను, ఇఁక ప్రాణాయామాదులయొక్క ప్రయోజనము వానిస్వభావము, వానిలక్షణము తెలుపంబడుచున్నవి

ప్రాణాయామము

ప్రాణాయామమన స్వల్పమైనది కాదు. యోగరహస్య మంతయు నిందుగలదు. ప్రాణాయామ మనునంగము

మాత్రముచే చాలవరకు సంధ్యయొక్క ప్రయోజనము గ్రహింపఁబడును. స్మృతికర్త లందఱును ప్రాణాయామ్యలని ప్రాణాయామము నియతముగా ననుష్ఠింపవలయు నని చెప్పుచున్నారు. ప్రాణముల నాయమనముచేయుట (నిరోధించుట) నభ్యసింపవలయు ననియు నట్లు లభ్యసించుటవలన గొప్పఫలము గలదనియు ఋషుల యాశయము.

లోకమున మనుష్యుఁడు కోరదగిన యన్నివస్తువులలో నాయువుకంటె గొప్పవస్తువు లేదు. ఇది యొక్కటి లేకుండు నెడ తక్కిన దంతయు నిష్ఫలమే కదా. కావుననే వైద్యశాస్త్రమున॥ ఆయుః పూర్వం ప్రార్థనీయం మనుష్యైః స్వస్యాభావే కస్య హేతోః ప్రయాసః॥ తానే లేకుండిన తాను పడుప్రయాస మెవ్వని కగు. కావున మనుజులు మొట్టమొదట నాయువు నే కోరవలయు నని తెలుపఁబడియున్నది. ప్రాణాయామాభ్యాసమున కాయుర్లాభమే ఫలము. శ్వాసము ఖర్చుపడకుండునెడ నాయువు వృద్ధి నొందునని యోగులనిశ్చయము. ఈయంశము వైద్యులు నంగీకరించియె యున్నారు. ఇందు గలరహస్య మిది. ప్రతిమనుజునకును వానివానికర్మమును బట్టి యాయుష్షు నిర్ణయింపఁబడియె యున్నది. ఆయువన ప్రాణధారణమే యగు. ఆప్రాణవాయువు స్వభావముచే నెప్పుడును తిరుగుచుండును. అయ్యది ప్రతిదినము ౨౧౬౦౦మార్లు శ్వాసముద్వారా తిరుగుచుండునని యోగవిదులు కనిపట్టిరి. కా

వున పూర్వకర్మనిర్ణీత మగునాయుర్దినసంఖ్యచే శ్వాససంఖ్యను హెచ్చింప వచ్చినశ్వాససంఖ్యయే ఆయుర్నిర్ణయమున ప్రధానముగాని దినసంఖ్య ప్రధానము కానేరదు.

బుద్ధిమంతుఁ డీయాయువును ధనమునుంబలె నధికముగా ఖర్చుపెట్టకుండునెడ ప్రతిదినము కొంతయంశము మిగిలి మొత్తముదినములమీఁద నదియె యధికముగా పెరిగిన దగును. ఒక్క ప్రాణాయామమును బాగుగఁ జేయునెడ పదునాలుగుశ్వాసములు బిగఁబట్టఁబడును. ఇఁక ప్రతిదినము చేయఁదగుకర్మమును పూర్ణముగాఁ జేయునెడ నొక్కొకదినమునకు నూఱుప్రాణాయామములు కోరఁబడును. కర్మము నంతను సంక్షేపించి యొక్క సంధ్యోపాసనమాత్రము చేయువాని కైనను ఒక్కొకకాలమునకు పదునాలుగువంతున మూఁడుకాలములకు నలుబదిరెండు శ్వాసము లగును. ఇట్లు ఏడవసంవత్సరము మొదలుకొని యభ్యాసము చేయువానికి ఆయువు నారోగ్యము నియతముగా వృద్ధి నొందు ననుటకు సంశయము లేదు. ఇది యాయువు నయత్నముగా వృద్ధి నొందించుమార్గము. ఇద్దానిని యత్నముతో నింకను నభ్యాసముచేయునెడ నందునకు దగుఫల మెట్లు చేకూరకుండును? కావుననే యనేకులు చాలకాలమునుండి ప్రాణముల నియమించి శరీరమును దృఢపరచికొని గొప్పగొప్ప సిద్ధుల నొందియున్నారు. ఇట్టు లాయువునకు కల్పతరువుంబోలు నీప్రాణాయామ మార్యులచేత నే కనిపెట్టఁబడియెగాని

దీని నన్యు లెఱుంగరు. ఈప్రాణాయామాభ్యాసము బా ల్యముననే చేయవలయు. బాల్యమునందు చిత్తము క్రొత్త విషయముల గ్రహింప సమర్థత గలదై యుండు. కావున నే డవవత్సరముననే బ్రాహ్మణున కుపనయనము చేయనగు నని మునులు విధించి యున్నారు. ఇట్టు లేడవవత్సరము మొదలు కొని యోగాదుల నభ్యసించు నెడ వాని కాయురారోగ్యములు వృద్ధి నొందు ననుట నిర్వివాదము. సగర్భము నగర్భము న ని యీప్రాణాయామము రెండువిధములు. రేచకము, పూ రకము, కుంభకము నని యిద్దానికి మూడంగములు గలవు. ఇందుమంత్రోచ్చారణ లేనిది అగర్భము. మంత్రోచ్చారణగలది సగర్భము. యోగవిదుల యభిప్రాయ మేమనిన వ్యవస్థితము గ ప్రాణము నిరోధించుటకు గానముయొక్క కాలనియముకొ అను గొన్నియక్షరము లపేక్షితము లైనట్లు ఈప్రాణాయామ మునందును గొన్నియక్షరము లపేక్షింపఁబడుచున్నవి. అవి ప్రతితక్షవను వెవ్వోరైనది కూడవు. ఎప్పుడు నొక్కవిధమైనవే కావలయు. ఆవర్ణములచే నొక్కొక ప్రాణాయామమున నెన్నేసి మాత్రలకాలము సంగ్రహింపఁబడినది. తెలియుచుండును. కా వున నిందు వర్ణాంతరముల గ్రహించుటకంటె సకలవేదమాత యగుగాయత్రినే వినియోగించుట శ్రేయ మని యీమంత్రవ ర్ణములే గ్రహించుచున్నారు.

ఇచట మంత్రము నుచ్చరించుటకు శ్వాసముల లెక్కిం

చుటమాత్రమే ప్రయోజనము కాదు. ఇంకేమనిన, గాయత్రీమంత్రార్థము ననుసంధానము చేయుట సంభవించును. ఇట్టి వారలకు ప్రాణాయామముచే హృదయములోని దుర్మలములు నశింప హృదయము పరిశుద్ధం బగుగాన నచ్చట పరమేశ్వరుని ధ్యానంబును సమకూరుటం జేసి మహాఫలంబు గలుగు. అప్పుడు మనస్సు మంత్రార్థము ననుసంధించుటయందును, వాక్కు మంత్రము నుచ్చరించుటయందును, కాయము ప్రాణము నిరోధించుటయందును ఇట్లు త్రికరణములు నొక్క కార్యమునం బ్రవర్తింప గలుగును. ఇట్లు త్రికరణశుద్ధిగా పరమేశ్వరునిధ్యానించునెడ నాయురారోగ్యములు పెంపొందుననని వేర చెప్పవలయునా?

ఇంక నిందు ముద్రాభేదమునకు ఫలము నిర్దేశింపబడును. బ్రహ్మచారులు ప్రాణాయామసమయమున అంగుష్ఠము ననామికము నను రెండువ్రేళ్ళచే నాసిక గ్రహింపవలయు నని శాస్త్రకర్తలు నిర్ణయించియున్నారు. అంగుష్ఠము పిత్తనాడికాధారమగుటచే నగ్నివలె నౌష్ణ్యము నాశ్రయించి యున్నది. నాసికకు దక్షిణభాగమున నున్నపింగళ యనునాడియు సూర్యనాడి యని చెప్పఁబడుచు నుష్ణగుణమునే వహించుచు నంగుష్ఠాగ్రమున నున్న నాడికి సమానజాతిగలది యైయున్నది. కావున నంగుష్ఠాగ్రము దక్షిణనాసాగ్రమున నుంచవలయు. దానం జేసి శరీరమున నుండి కుడిముక్కునుండి వెడలుశ్వాస

ముచేత నాకర్షింపఁబడు నాయుష్ణాతిశయము బొటనవ్రేలియం దుండునాడిచే వెలుపలికి దీయఁబడుచుండును. అట్లే ఎడమ భాగమందును అనామికయందలి కఫనాడిచే ఎడమముక్కున నున్నయిడ యనుచంద్రనాడియందు సంచరించుశ్వాసము ద్వారా శరీరమందలి కఫాధిక్యము వెల్వరింపఁబడుచుండును. కావుననే యీశ్వాసము సోకినయద్దమునందు కుడియెడమముక్కులనుండి వెడలునిట్టూర్పులయందు వర్ణభేదము గానంబడుచున్నది. కఫపిత్తములభేదముచేతనే వానియందు వర్ణభేదమేర్పడి యున్నది. బ్రహ్మచారులకు విద్యాభ్యాసము నియతమై యున్నది కావున శరీరపాటవమావశ్యకము. కావుననే వారలకు కర్మము సంగ్రహముగాను భోజనము యథేష్టముగను విధింపఁబడియెను. వారలు యథేష్టముగా భుజించునెడ జీర్ణశక్తి కలుగుటకై పురుషప్రయత్న మవసరము. కావుననే బ్రహ్మచారులకు మిగుల జీర్ణశక్తిని గలిగించుపిత్తమును ప్రదీపింపఁజేయు ముద్ర విధింపఁబడియె. మఱియు, మనసు పిత్తము ననుసరించి యుండును పిత్తము స్వస్థంబైనంగాని మనస్సు విషయమును గ్రహింపఁజాలదు. కావునను బ్రహ్మచారులకు నుష్ణాధిక్యమును గలిగించు ముద్రవిధింపఁబడియెను. ఇద్దానిచే వారలకు మనశ్శుద్ధిమాత్రమే కాక శుక్రము అస్థులయందు లీనమై శరీరమునకు బలము కలిగించును. కావున నీముద్రయె యతులకును విధింపఁబడియెను. గృహస్థులైననో ఒకవైపున బొటనవ్రేలితోను వే

రొక వైపున తక్కునాలుగువ్రేళ్ళతోను నాసిక గ్రహింపవలయు నని విధింపఁబడియున్నది. బొటనిప్రేలిస్వరూపము తెలిసినదే. రెండవవైపున తక్కునాలుగువ్రేళ్ళను చేర్చుట బొటనిప్రేలియం దగునుష్ణాధిక్యమును శమింపఁజేయుటకొఱ కని గ్రహింపవల యు. దీనివలన వీరియుష్ణగుణము శుక్రము నస్థులయందు వి లీనము చేయదు. గృహస్థులకు శుక్రమునం దపేక్ష గలదు గాన వారల కట్టిముద్రయే విధింపఁబడియెను. యతులకు శుక్రాపేక్ష లేమిగాన బ్రహ్మచారులకు విధించినముద్రయే వా రికి విధింపఁబడియెను.

రేచకము, పూరకము, కుంభకము నని ప్రాణాయా మము మూఁడువిధములు. ఇందు లోపలిశ్వాసమును వెలుప లికి వెడలగొట్టుటకు రేచక మనిపేరు. వెలుపలిగాలిని లోన ప్రవేశపెట్టుటకు పూరక మనిపేరు. గాలిలోపలఁ గదలకుండ పూర్ణకుంభమువలె నునుచుటకు కుంభక మనిపేరు. ఈ మూఁడిటికి ప్రయోజన మేమనిన, వెలుపటనున్న పరిశుద్ధ మగు వాయువు నిశ్వాసముద్వారా లోపల ప్రవేశించి శరీరమున కు పకారక మగుట పూరకమునకు ఫలము. అట్లు అపరిశుద్ధ మగులోనివాయువు ఉచ్ఛ్వాసముద్వారా బైలువెడలుచు లో పలిమలరేణువుల వెలుపలికి వెడలగొట్టి శరీరమున కుపకారక మగుట రేచకమువలనిలాభము. ఇట్లు ప్రాణవాయువు వెలు పలికిఁబోవుచు లోపలికి వచ్చుచును శరీరమును పోషించుచు

న్నది. అయిన నీపురుషుఁడు విషయములయం దగునతివ్యాసం గమువలన నపరిశుద్ధ మగువాయువునుగూడ లోనికి బీల్చుచుం డును. పరిశుద్ధ మగుగాలిని పీల్చినను లోపల ప్రవేశించినగా లి రక్తమును శోధించి యందలి మలరేణువులను గ్రహింపక మునుదే యాగాలిని వెలుపలికి విడుచుచుండును. ఇట్లు విష యవ్యాసంగముచే శ్వాసముల నవ్యవస్థితముగా విడుచునెడ మనుజుఁడు తప్పక చెడిపోవు నని యెంచి భగవంతుఁడు రేచకా దివిశేషములుగల ప్రాణాయామము నుపదేశించెను. రేచక మునొక్క ఫలము రేచనమువలన లోపలిమలరేణువులు వెలు పలికి పోవునని యంద తెలిసింగినదే. ఇంక యోగదృష్టము, శ్రుతిదృష్టము నగుఫలము ప్రత్యక్షవిరోధము లేకుండ నిరూపిం పఁబడును.

శ్రు॥ పద్మకోశప్రతీకాశం హృదయం చాప్యధోముఖం అను శ్రుతి హృదయముయొక్క స్థితిని చెప్పుచున్నది. హృ దయము తామరమొగ్గవలె నుండును. అది యధోముఖము గా నుండును. దానియందు సంకోచవికాసరూపమై సకల ప్రాణులకును జీవనాధార మైనయొకశక్తి కలదు. దానిప్ర క్కలనే శ్వాసము వచ్చిపోవు ప్రణాడులు గలవు. హృదయ మున కిరుప్రక్కల నున్నశ్వాసనాడులు వెలుపలివాయువుచే నిం డింపఁబడియుండ వానిచే నాక్రమింపఁబడి హృదయము ముణు చుకొనును. హృదయము ముణుచుకొనినప్పు డందున్నరక్త

ము నాడులద్వారా శరీరమంతట వ్యాపించును. ఇక శ్వాస వాయువు వెలుపలికి వచ్చినప్పుడు ప్రాణప్రణాడి ముడుచుకొనును. గాన నప్పుడు హృదయము వికసించియుండి రక్తమును తనయందు ధరించుచుండును. ఇట్లు శ్వాసము వెలుపలికి పోవునప్పుడు ప్రాణప్రణాడి ముడుచుకొనుగాన దానినిబట్టి హృదయము వికసించుటయు, శ్వాసవాయువు లోపలికి వచ్చినప్పుడు ప్రాణప్రణాడి వికసించునుగాన దానింబట్టి హృదయము ముడుచుకొనుటయు సంభవించును. ఇట్లు హృదయము ముడుచుకొనుటచే రక్తము దీనినుండి వెడలి శరీరమం దంతట వ్యాపించుటయు, నది వికసించుటచే రక్తము దానియందు యుండుటయు సంభవించుచున్నదిగదా. దీనివలన శరీరపుష్టియు, రక్తప్రచారంబును నియతంబు లగును. మఱియు హృదయము రక్తమును పరిశుద్ధి చేయునదిగాన నచ్ఛిద్రమలాంశములు ప్రాణప్రణాడులద్వారా వెలుపటికి ద్రోయంబడు చుండుటంజేసి హృదయము, ప్రాణప్రణాడులును శరీరస్థితికి మూలము లగుచున్నవి.

ఇందు స్వభావముననె ఉచ్ఛ్వాసనిశ్వాసములవలన శరీరపోషణము జరుగుచున్నది. అయినను జనుఁడు మంచివాయువుతో నిండియున్న పర్వతాగ్రము,నదీతీరము మొదలగు ప్రదేశములయం దుండి మితముగ శ్వాసమును విడుచు నెడ క్రమముగా హృదయము వికసించి తొల్లిటికంటె నెక్కుడురక్తమును

గ్రహించును. అంత తిరుగ గాలిని పూరించినపుడు అచ్చట పరిశుద్ధ మగుగాలిని లోన పూరించుటవలన నందున్నరక్తము శుద్ధి నొంది స్థానముల్లు తప్పకుండ ప్రవహించును. మఱియు నప్పుడు గాలిని పూర్ణకుంభమునుబలె పూరింప నాగాలి హృదయమును బాగుగ సంకోచింపఁజేసి యందున్నరక్తమును వహించునాడులయందు ప్రవేశించి వానిని పరిశుద్ధము చేయును. రక్తముచే నిండియున్నయానాడులు స్నానాదులచే ఘనీభావము నొందియుండెనేని అందున్నరక్తమును కుంభకము చేయఁబడిన వాయువు నిర్మలము చేయును. అట్లు నిర్మల మగురక్తము భ్రూమధ్యమును (కనుబొమలనడుమ)సహస్రారమును పొందును. దానంజేసి మనంబును నిర్మలం బగు. గావున పరతత్త్వమునుధ్యానముచేయ శక్తియుక్తంబగు. నింతియగాక మనస్సు ఇంద్రియప్రణాడులలో ప్రవేశించి వానిద్వారా వస్తుతత్త్వమును గ్రహింపఁజాలి యుండును. కుంభకదశయందగాక రేచకదశయందు హృదయమున రక్తముయొక్క రాకపోకలు సంభవింప కుండవు. కావున కుంభకదశయే శిరమునన్నున్నరక్తమును శుద్ధిసేయఁ జాలియుండును. కాబట్టి సిద్ధిని గోరువారు దీనికై యత్నించుచుందురు. ఈకుంభకమువలన బుద్ధికి ప్రకాశముఇంద్రియములకు పాటవము,ఆయువునకు వృద్ధి, రక్తమునకు శుద్ధి,శరీరమున నున్నమలములు తొలగునుగాన శరీరము నిర్మలమగుట యీ మొదలగు ననేకగుణములు గలవు.

ఈకుంభకము శక్తికొలది క్రమముగా పెనుప దగినదై యుండును. ఇదియె ప్రాణగతిని నియమించును. రేచకము పూరకంబును నొక్కవైపునాసికతోనే చేయగూడదు. ఇరు ప్రక్కలనుండియు శ్వాసము వెడలుచుండుగావునను, ఇరుప్రక్కల మలము లుండుగావునను నిరుప్రక్కల మార్చికొనుచు చేయవలయు. ఇట్లు లభ్యసించు వానికి కుంభకము క్రమముగా వృద్ధినొంది శ్వాసమును సూక్ష్మ మగుసుషుమ్నయందు ప్రవేశ పెట్టును. అప్పుడే జీవునకు నిశ్చల మగుస్థితి కలుగుంగాన శరీరంబును వృద్ధ్యాదులకు సాధన మగుసూర్యకిరణాదుల తేజమును గ్రహింపదు. ఈయవస్థయే శ్రు॥ నైన మగ్ని ర్దహాతి అనుశ్రుతిచే చెప్పఁబడియెను. కావున కుంభకావస్థ యవశ్యము సాధింపదగినది. ఇది యేకకాలమున ఫలింపదుగాన క్రమముగా నభ్యాసము విధింపఁబడినది. యౌవనదశయందు చిత్తము నిశ్చలముగా నుండనేరదు గాన బాల్యమునంద దీనియభ్యాస మారంభింపవలయు. వాయువును స్వల్పకాలము ధరించునెడ నది శరీర మంతను వ్యాపింపదు. కావున శరీరము నుశుద్ధిపరచి యారోగ్యమును, ఆయుర్వృద్ధిని నొసఁగనేరదు. కాబట్టి ప్రాణాయామమున కుంభకమునే ముఖ్యముగా ననుష్ఠింపవలయు. ఆకుంభకి మొక్కమారు సిద్ధించునది కాదు. కావున తొలుత మూఁడు, పిదప నాలుగు, పది, పండ్రెండు మాత్రల కాలముచొప్పున క్రమముగా నభ్యసింపవలయు. ఇట్టియభ్యా

సాతిశయమువలన నిప్పటికిని నీటియందు మునిగి యొకటిరెండు దినంబులు శ్వాసమును ధరించియుండువారు కలరు. పూర్వము కొందఱనేకవత్సరంబులు సమాధియందుండి పిదప కుంభకమునుండి లేచి శ్వాసమును విడిచిరని వినుచున్నారము. కావున యోగమునకు ప్రాణమును బోలు ప్రాణాయామము మహాఫలము కలదియనుట నిర్వివాదము. ప్రాణాయామము యొక్క ప్రయోజనము యోగమునందు వైద్యకమునందును, వేదాగమ పురాణాదులయందును నధికముగా గలదు. ఇందధికఫలము గలదని బౌద్ధాదులును నాసక్తి కలిగి యున్నారు. ఇట్లు సంధ్యోపాసనయొక్క యొకయంగంబునకె యింతఫలము కలిగియున్నది. ఇంక నన్నియంగంబులతో గూడినసంధ్యోపాసనకుగాని యార్యధర్మంబు లన్నింటికిగాని యెంతఫలము కలదో యద్దాని ధీమంతు లూహింతురుగాక.

ఇక ప్రోక్షణమునకు, అర్ఘ్యదానమునకును, ఫలము నిరూపించుట ప్రకృతము. ఇందు వర్ణభేదమునుబట్టి మంత్రములు వేఱ్వేఱైనను ప్రోక్షణము సర్వసాధారణముగానే విధింపఁబడెను. ఈప్రోక్షణము చక్కగఁజేయునెడ దీనికి పిమ్మట జేయఁబోవు నర్ఘ్యదానమునకు నధికారము కలుగుట ఫలమని శాస్త్రమునఁ జెప్పఁబడియున్నది. అది యుక్తమే. ప్రోక్షణమన, శిరమున జలము జల్లుకొనుట అది వ్రేళ్ళచేతగాని, దర్భలచేగాని చేయవలయు. అందు దర్భలచే చల్లుకొనుట

ముఖ్యము. దర్భలశక్తియో అద్భుతమైనది. ఎట్లన, త్రిదోషములసామ్యము పొందించు ననియు, అగ్నితో సమానము లనియు, ఉష్ణవీర్యముగలవి యనియు, అతితీవ్రమైనశక్తి గలవి యనియు, ఇండుపు (చిల్ల) గింజవలె జలదోషము నడచునవి యనియు, లోహమును శోధించునవి యనియు, పితరుల కు ప్రియములైనవి యనియు పుణ్యభూమియందు మాత్రమె యుండునవిగాన పవిత్రములైనవి యనియు, ననేకవిధముల పొగడ్త నొందుచున్నవి వైద్యశాస్త్రమున దర్భలయొక్క కల్కము సన్నిపాతజ్వరమును పోగొట్టునని చెప్పబడియుండుటచే నివి త్రిదోషహారము లని తెలియుచున్నది. ఇవి యగ్నితుల్యము లౌ గలనిన, అగ్నిగర్భము లనివీనికి ప్రసిద్ధి గలదు. దర్భలు తడిసి యున్నను నిప్పు తగులగానె సురసుర గాలును. అందువలననె వీనికి అగ్నికీసి బర్హియని నామముకలదు. ఆనామికయందు కఫ నాడి యుండునుగాన దానిదోషము హరించుటకై యనామిక యందు దర్భపవిత్రమును ధరింపవలయు నని నియమింపబడెను. ఇందువలన వీనియందు తీవ్రశక్తి కల దనియు నుష్ణవీర్యము కల దనియు తెలియుచున్నది. ఇండుపుగింజవలె నీరును నిర్మలముచే యుశక్తి వీనియందు గలదని ప్రత్యక్షముగనె కనబడుచున్నది. ఎట్లిందురనిన, కశ్మలమగు నీరుగల నదులయందు దర్భగుబురు లుండునేని యానదియందగు మాలిన్యమును దర్భలాకర్షించుచున్నవి. దానననె యచట లంక లేర్పడుచుండుట. మఱియు, మలిన

మగు జలమునందు దర్భలు త్రుంచివైచునెడ నాజలము మిగు
ల తేలిక నొంది నిర్మల మగును. కావున నీదర్భలయందు జల
మును శుద్ధిచేయుశక్తియున్న దనుట నిశ్చితము.
మఱియు నీదర్భలను గాల్చి భస్మము చేసి యాభస్మమును లో
హములను బట్టించునెడ లోహములమాలిన్యమప్పుడె నివృత్తి
యగును. భస్మసామాన్యము కంచుమున్నగువాని శుద్ధిసే
యును. 'దర్భలభస్మమైనచో రాగిని గూడ శుద్ధిసేయును. కావున
నివి క్షారము పులుపురసములు కలిగియున్నవని తెలియుచున్నది.
అందువలననె శిల్పశాస్త్రమున బింబముల శుద్ధిసేయుటకు చిం
తపండువలె శరక్షారంబును విధింపఁబడియె. శిల్పు లిప్పుడు
దానినె వినియోగించుచున్నారు. శరక్షారము గలిపిన నీరు
నందు వెండి, బంగారు నుంచునెడ వెంటనె బాహ్యామలము ని
వృత్తి యగును. దీనింబట్టి యియ్యది లోహదోషములఁ బో
గొట్టునవి తెలియుచున్నది. దర్భలయొక్క క్షార మితరక్షార
ములవలె నల్పవీర్యమైనది కానేరదు. దర్భలక్షారము సున్న
మువలె నోరు పొక్కించును. కావున నిది తీవ్రతరక్షారకోటి
యందుఁ జేర్చఁబడియెను. దేవతలకు పితరులకును ప్రియము
లని శాస్త్రముచేతనే తెలియుచున్నది. పుణ్యభూమి యగు
నీభరతఖండంబుననె యుండుటంబట్టి పుణ్యభూమియందు మా
త్రముండునని యని తెలియుచున్నది. కావుననె యియ్యవి
ఖండాంతరములయందు లేవు. సమశీతోష్ణం బగుదేశంబుననె

యిని పుట్టుచుండును. కాబట్టి కర్మభూమి యగునీదేశంబుననే వీనికి వినియోగంబు కలిగియున్నది.

ఇదిగాక. సూర్యకిరణములకు ప్రచారము బాగుగ నున్నప్పుడు ఈదర్భలకు శక్తి యధిక మగును. కావుననే వీని నమావసనాడు గ్రహించుచున్నారు. అట్లు గ్రహించుట కప్పుడివి బహురసము గలిగియుండుటే కారణ మగు.

కాబట్టి దర్భలతో ప్రోక్షణము చేయగా జలదోషము నివర్తించుగాన నారోగ్యము గలుగు ననుటకు సంశయము లేదు. అన్నివిధము లగు ప్రోక్షణములయందును నివి వినియోగించుచున్నవి. అట్లు లభిషేకజలమునందును కూర్చగ్రంథి యుపయోగింపఁబడుచున్నది. ఇది యారోగ్యతయు వీనియందలి జలమును శుద్ధి జేయుగుణ ముండుటవల్ల ననియె గ్రహింప నగు.

విస్తార మగుజలము గలచోట దర్భ యుండునేని యచట నారోగ్యకర మగుగాలి యుండునని నిశ్చయించి భగవంతుఁడగుధన్వంతరి యారోగ్యశాలయొక్క నిర్మాణమును చెప్పినప్పుడు ఆశాల కీశాన్యదిశను దర్భలతోఁగూడిన గొప్పతటాకముండవలయు నని వచించియుండెను కావున దర్భలకు జలశోధకత్వము నిశ్చితము.

మఱియు, శుచి యైనవాఁడుగాని యశుచి యైనవాఁడుగాని సంధ్య నుపాసింపవలయు నని చెప్పుటచే సంధ్యాకాలమున స్నానముచేయుట సంభవింపకున్నను శుచిత్వ... సంభ

విసటనకై ప్రోక్షణ ముపయోగించును. దర్భలు దొరకకున్నయెడ వ్రేళ్ళచేతనె ప్రోక్షణము చేసికొనవలయు. వ్రేళ్ళు సమదోషము కలవి కావున నట్టివ్రేళ్ళచే ప్రోక్షణంబును దోషసామ్యమును గలిగించునదియె యగు,

అనంతరము శ్లో॥ గోశృంగమాత్ర ముద్ధృత్య జలమధ్యే జలం క్షిపేత్॥ జలము నావుకొమ్మంత పైకెత్తి జలమధ్యమున విడువవలయు. ననువచనముచుబట్టి జలమును గాయత్రీమహామంత్రముచే నభిమంత్రించి విడుచునెడ నదియె నర్ఘ్యప్రదాన మగును. ఇఁక నిద్దాని సంప్రదాయము, ఫలంబును నిరూపింపఁబడును.

అర్ఘ్యప్రదానఫలము.

జలము నావుకొమ్మంతమాత్రముపైని కెత్తి జలమునందు విడువవలయు నను విధివలన ప్రాతఃకాలమున పరమాత్మను ధ్యానించుచు నరుఁడు పూర్వదిశ కభిముఖుఁడై దోయిలితో జలముగ్రహించి దేవతీర్థముచేత నర్ఘ్యమియ్యవలయు. అంతట సూర్యుని ధ్యానించుచు సకలప్రాణులయొక్క బుద్ధులను ప్రేరణజేయులక్షణము గలపరమేశ్వరుని ధ్యానమున కంగముగా నాత్మప్రదక్షిణము చేయవలయు. ఏలన, సూర్యుం డుదయింపకముందు స్నానాదులచే సమధాతువులు గలశరీరమునకు బుద్ధిప్రసారణమునకై రక్తముయొక్క ప్రచార మపేక్షింపఁబడును. సూర్యోదయానంతరముపోలె సూర్యుం డుదయింపకముందు రక్తము స్వభావమున ప్రసరింపదు. మఱియు; స్నా

నమువలన చలిగొని శుక్రము ఘనీభవించి యున్నవానికి సూర కిరణప్రసారము గలిగినగాని కౌశలము గలుగనేరదు. కావున సూర్యకిరణము లెప్పుడు వచ్చునాయని నిరీక్షింపఁబడుచున్నవి. అప్పుడింకొకపని చేయవీలులేదు. నిద్రించునెడ శరీరమునకు తిరుగ మలసంబంధము కలుగును. కావున నిద్రింపగూడదు. ఊరకున్నయెడ మాంద్యము కలుగు. కావున నూరకుండఁగూడదు. ఈకారణముననే సూర్యుం డుదయించునప్పుడు ముందుగా మందేహులను రాక్షసులుసూర్యు నడ్డగింతు రను శ్రుతియా యర్థమును గూడ బోధించుచున్నది. ఇందు మందేహశబ్దము విమర్శించునెడ బుద్ధి మాంద్యమునె చెప్పును. (మంద+ఈహా= బుద్ధి. మందబుద్ధి. ఇదియే బుద్ధిమాంద్యము) దీనివలన లౌకిక వ్యవహారము నపుడు నిర్వహించుకొనుటకు శక్తి యుండదు. అట్టిశక్తి నార్జించు టకొఱకును, చిత్తమునకు, శరీరమునకును కర్మముచేయు శక్తి గలుగుటకొఱకును వ్యర్థముగాఁబోవుచున్న కాలమును భగవంతునియుపాసనమునందు వినియోగించుట న్యాయము.

ఇదిగాక, నిర్వ్యాపారముగానుండుట మాంద్యహేతువు గాన నప్పుడింద్రియములు భగవంతునిధ్యానమున వినియోగపరచఁబడియెడిని. సమస్తకర్మములు సఫలమగుటకై మొదట పరమేశ్వరునిధ్యాన మావశ్యకము. ఈశ్వరానుగ్రహముననె కర్మము ఫలప్రద మగుగాని కేవలము పురుషప్రయత్నమువలన

కానేరదు. కావున ప్రాతఃకాలమున నవశ్యముగా నర్ఘ్య మియ్యవలయు.

అర్ఘ్య మిచ్చునెడ బుద్ధిమాంద్య మెట్లు పోవు నందు రేని వినుఁడు. సమదోషములు కలవానికి బుద్ధిమాంద్య ముం డనేరదు. అంజలిముద్రచే మూడుమార్లు జలమును విడుచు నెడ సమదోషత్వము కలుగును. దైవతీర్థ మెప్పుడును త్రి దోషములను సామ్యము నొందించునదియే. శ్లో॥ అంగుళ్యగ్రే స్మృతం _వం॥ అనువచనమువలన చేతి వ్రేళ్ళకొనలయందు దై వతీర్థ ముండును. స్నానాదులచే శోధింపఁబడినమలము లావి రీరూపమున నాడులద్వారా బైలువెడలి నాడులకొనల నాశ్ర యించి యుండును. అందు క్షణముసేపు నిర్మల మగుజలము ను ధరించి ముమ్మారు విడుచునెడ నాడ్యగ్రముల కాశ్రయము లగు వ్రేలికొనలయం దావిరిగా నున్నమలములు జలమున గలి సి వెడలిపోవును. దీనింబట్టి యప్పుడు జలము విడుచుట లా భకరమె యగును.

అట్లేని, కేవలము జలమును బట్టి విడిచినమాత్రముచేత నె నైర్మల్యము గలుగునెడ అర్ఘ్యదానము హస్తప్రక్షాళనము తో సమాన మగుగదా యందురేని వినుఁడు.

అప్పు డిట్లు స్నానముచేసి, శుద్ధవస్త్రమును ధరించి, పుండ్రము పెట్టికొని, కార్యాంతరమున ప్రవర్తింపక, ప్రాణము ల నియమించి, యాచమనము చేసి, కుశాగ్రములచే జలము

ప్రోక్షించుకొని, పవిత్రుండై, సూర్యకిరణములు లేనందున నిం ద్రియముల నిరోధించి, యేకాగ్రచిత్తముతో నర్ఘ్యదానమున హస్తయుగమును వినియోగించునెడ నియ్యది హస్తప్రక్షాళన ముతో సమ మగునా? కానేరదు.

మఱియు, బ్రాహ్మముహూర్తమున జాగరణము సేయుటవలన నేత్రములయందు నైర్మల్యము గలిగెను. పరమేశ్వరుని ధ్యానించుటవలన చిత్తమునకు నైర్మల్యము సంభవించెను. మలవిసర్గమున కుచిత మగుదిశను గూర్చిపోవుటచే నాడీసంధులకు నిర్మలత్వము వచ్చెను. మలవిసర్జమునచేతను, శౌచముచేతను బాహ్యశౌచము సంఘటించెను. గండూషములచేతను, స్నానముచేతను సర్వాంగశుద్ధి యేర్పడెను. వస్త్రధారణముచే బాహ్యమలములు నివర్తించెను. ఆచమనముచే శ్వాసప్రణాడి శుద్ధి నొందెను. ప్రాణాయామముచే నాతశ్శుద్ధియు, మనస్సునకు నైశ్చల్యంబును కలిగెను. రేచకముచేత లోనిమలములు వెడలిపోవుటయు, పూరకముచేత రక్తశుద్ధియు కుంభకముచేత నాడులయందు వాయువు ప్రవేశించుటచే దార్ఢ్యంబును సంభవించెను. అనంతరము కుశప్రోక్షణవిధిచే కేశములు మొదలుకొని పాదములదనుక తేజము ప్రసరించెను. అంతట దోయిలితో నర్ఘ్యమును విడుచునెడ నిది హస్తప్రక్షాళనముతో సమ మెట్లగును? అప్పుడు జలముమాత్రము చల్లఁ బడుచున్నదా? చూడుడు. సూర్యున కభిముఖముగా నుండు

టయు, ఆత్మప్రదక్షిణంబును, దేవుని ధ్యానించుటయు, మొదలు గా నర్ఘ్యాంగములు గలిగియున్నవి. ఇవి సఫలము లని క్రమముగా నిరూపింపఁబడును. శ్లో॥ అప్రవాహోదకస్నానం విప్రపాదావనేజనం। గాయత్రీజప మర్ఘ్యంచ ఆదిత్యాభిముఖం చరేత్॥ అనువచనమువలన సూర్యున కభిముఖముగా నర్ఘ్యము నియ్యవలయునని తెలియుచున్నది. అటులేని సూర్యోదయముకంటె ముందుగా నర్ఘ్య మిచ్చు నప్పుడు సూర్యాభిముఖ్య మెట్లు సంభవించునని యడుగుదురా? అందునకై స్మృతి శ్లో॥ ఈష న్నమః ప్రభాతేతు మధ్యాహ్నే ఋజుసంస్థితః। గాయత్ర్యా ప్రక్షిపే దర్ఘ్యం సాయంతూపవిశ న్భువి॥ కొంచెము వంగినవాఁడై ప్రాతఃకాలమునందును, సమముగా నిలుచుండినవాఁడై మధ్యాహ్నమునందును, కూర్చుండినవాఁడై సాయంకాలమునను నర్ఘ్య మియ్యవలయునని చెప్పుచున్నది.

ఇది యుక్తమే. ప్రాతఃకాలమున సూర్యుఁ డుదయింపఁబోవుచు భూమియందున్నమనకు కొంచెము దిగువన నున్నవాఁడు. అయినను ఆసూర్యునికిరణశక్తి భూమిని వేధించుచు మనుజునియందు సంక్రమించుచున్నది. కావున నప్పుడు కొంచెము వంగినవాఁడై అర్ఘ్యము నియ్యవలయు నని యున్నది. మాధ్యాహ్నమున నైననో సూర్యుఁడు స్పష్టముగా కనఁబడుచున్నాఁడు. కావున నప్పుడు ప్రత్యక్షముగా శిరముచే సూర్యకిరణములసారము గ్రహించుటకొఱకు నిలుచుండి యర్ఘ్యము

నొసగవలయు నని చెప్పఁబడెను. సాయంకాలమునందు సూర్యుఁడు కనఁబడుచుండఁగనె ఆర్ఘ్యము నియ్యవలయు. అప్పుడాసూర్యునిశక్తి తగ్గిపోవుచున్నది. గాన గూర్చుండి యర్ఘ్యము నియ్యవలయు నని యున్నది. సూర్యాభిముఖ్యము ముఖ్యము గావున ప్రాతఃకాలమునందు సర్వరోగహరంబును, పిత్తప్రధానంబును నగు సూర్యకిరణములసారము అప్పుడు భూమి నిరుపార్శ్వముల వేధించుకిరణములద్వారా జలములయందుఁ బ్రవేశించియున్నది. కావున వానిద్వారా శరీరమునఁ బ్రవేశించి శరీరమును మిగుల పరిశుద్ధి నొందించుచున్నది.

ఇట్లు సూర్యకిరణశక్తిచే శోధింపఁబడిన వ్రేళ్లు గలహస్తముచే జలము నింకొకజలమందుగాని, దర్భతో గూడిన నేలయందుగాని విడుచునెడ నప్పుడె యచ్చటినుండి యొకానొకశక్తి బైలువెడలి మనుష్యునిశరీరమునఁ బ్రవేశించును. దానిచే శరీరముకు పారిశుధ్యము ప్రబలమగును. కావున నీయర్ఘ్యదానము జలము చల్లుటతో సమానముగాని, నిష్ప్రయోజనముగాని కానేరదు. ఇఁక ధ్యానము విశేషింపఁబడును.

ధ్యానము.

ధ్యానమున కపేక్షిత మగుసంగజాత మంతయు మేల్కాంచినది మొదలు సంపూర్ణ మయ్యెను. కావున సూర్యోదయించుటకంటె ముందు భగవద్ధ్యానముతో గూడ నర్ఘ్య మొసంగుట యావశ్యకము. ఏలన జాగరణాదులచే

శుద్ధములగు నింద్రియప్రణాడులకు అదివఱకు లౌకికవ్యాపారము నప్రవేశము లేదు. ఇంద్రియములను పనులయందు ప్రవేశపెట్టుటకు ముందు భగవంతునియందర్పించి యద్దేవునిచే ననుగ్రహింపఁబడి నపదంపడి వానిని తగినపనులయందు వినియోగించుట కార్య సాధనము. సూర్యకిరణములు వెడలగనె యింద్రియములు స్వభావముననె లౌకిక కార్యములయందు ప్రవర్తించుచుండును. కావున నాయింద్రియములు ముందుగ ధ్యానమున వినియోగింపఁబడుచున్నవి.

ఈధ్యాన మప్పుడు కేవల మార్యులచేతనే చేయఁబడుట లేదు. ఇఁక మ్లేచ్ఛులును ధ్యానమునకై యైదుకాలముల నియమించి కొని ప్రాతఃకాలమున ధ్యానము చేయుచునె యున్నారు. బౌద్ధులును నప్పుడే చేయుచున్నారు. జైనులును సూర్యకిరణములు రాకముందే భగవంతుని ధ్యానింపవలయు నని నియమించు కొనిరి. ఇట్లు నియమము చేసికొనినవీరల కందఱకు నొక్క యభిప్రాయ ముండితీరవలయు. అది యే దందురేని, పనుల యందు ప్రవర్తింపఁబోవు నింద్రియముల ముందుగాఁ భగవంతు నియందుఁ బ్రవేశపెట్టుట న్యాయ్య మనునదియే. కావున నర్ఘ్యంబును, ధ్యానంబును సఫలంబు లని యేర్పడినది. ఇఁక నందు వినియోగింపఁబడుమంత్రంబును సకలజీవులయొక్క బుద్ధిని ప్రేరణచేయు, బ్రహ్మమునే బోధించుచున్నదిగాన నామంత్ర మున కందు నుపయోగము లేకపోదు. ఆమంత్రము కర్తవ్య

మగునర్థమునే తెలుపుచున్నది గాన సార్థకమే యగు.

ఆత్మప్రదక్షిణము.

ఇట్లు సూర్యాభిముఖ్యముచే పరిశుద్ధి నొందిన చేవ్రే ళ్లకొనలచే జలమును విడువఁగా నాజలమునుండి వెడలుశక్తి సారము శరీర మంతట వ్యాపించుటకై యాత్మప్రదక్షిణము (చుట్టుతిరుగుట.) విధింపఁబడియె. అర్ఘ్యోదకమునందు పుష్ప ములు, దర్భలు నుంచవలయు నని కాత్యాయనుఁడు, హారీతుఁ డు, భరద్వాజుఁడును చెప్పియుండిరి. ఒకచోట దర్భలేని సం ధ్యోపాసనమే నిష్ఫల మని నిందింపఁబడియె. అందు దర్భల గుణము తెలిసినదె కదా. పుష్పములయందును సౌగంధ్య ముచేత నతిసూక్ష్మమగు ప్రాణవాయువునకు దార్ఢ్యము గలిగిం చుగుణము కలదు. కావుననే భోజుఁడు పుష్పములచేతను, దర్భాగ్రములచేతను మిశ్రిత మగున ర్ఘ్య మును ఇయ్యవలయు నని యారోగ్యలాభప్రధాన మగుచారుచర్యయందుఁ జెప్పియు న్నాఁడు. ఇందు అర్ఘ్యదానమె ముఖ్యము. అందును పర మేశ్వరధ్యానము ముఖ్యము. కావుననె యొకప్పుడు సంకట మున జలము దొరకనియెడ మంత్రముమాత్రము చదివినను క ర్మము చెడనేర దని స్మృతులయందుఁ గలదు. కాబట్టి య ర్ఘ్యదానము హస్తప్రక్షాళనముతో సమము కానేరదు. ఆ కారణముననే కాలము తప్పకుండ న ర్ఘ్య మిచ్చుచున్నవానికి బుద్ధి విపులముగా నుండుచున్నది. అందువలన మందేహు ల

నురాక్షసులను సంహరించుటకొఱకీయర్ఘ్య ముపయోగించు నని వచించు వేదవాక్య మర్థవాద మనియు, ఈవాక్యమును శోధింప మందేహాశబ్దము మందబుద్ధినే బోధించు ననియు కొందఱు చెప్పుచున్నారు. పరోక్షమున నిజముగా మందేహు లనురాక్షసు లున్నను, వారల నీయర్ఘ్యము సంహరించుచున్నను, ప్రత్యక్షమున మందబుద్ధిని తొలగించుచుండుటం జేసి మనకీ యర్థము గ్రాహ్యముగనే తోచుచున్నది.

ఇచ్చోట సూర్యునే ధ్యానముచేయవలయు నని స్మృతులు చెప్పుచున్నవి. శ్రుతు లైననో సూర్యునియం దున్నపరమేశ్వరుని ధ్యానము చేయవలయు నని నిర్ణయించుచున్నవి. అం దగురహస్య మేమనిన, అనేకబ్రహ్మాండములను ధరించునఖండిత మైనయొక ఈశ్వరశక్తి కలదు. అదియే శ్రు॥ యేనేదం భ్రామ్యతే బ్రహ్మచక్రం॥ అను శ్రుతిచే చెప్పఁబడుచున్నది. ఈశక్తియే సూర్యమండలమునుండి వెడలి భూమిని, భూమియం దగుజీవకోటిని సర్వమును వ్యాపించి భ్రమింపఁజేయుచున్నది. ఆశక్తియే మాకుపాస్య మైనది. అద్దానికి చైతన్యంబును గలదు. ఈయంశ మీశ్వరనిరూపణమున నిరూపింపఁబడును.

అటులేని అర్ఘ్యదానము సూర్యు నుద్దేశించియా? లేక సూర్యమండలాన్తర్వర్తి యగునీశ్వరు నుద్దేశించియా యని యడుగుదు రేని వినుఁడు

వేదము బ్రహ్మాండమ్ముల కన్నిటీని సాధారణ మైనది

గాని యొక్కలోకమునకే సంబంధించినది గాదు. కావున స ర్వసమమైనకర్మమునే విధించును. అట్టియెడ మనకు సూర్య మండలమే యుపాస్య మగునేని ఆసూర్యమండలమున నున్నవా రు వేఱొకసూర్యు నుపాసింపవలయు. ఇంకొకసూర్యుఁడు లేడనుటకు వలనుపడదు. శ్రు॥ యస్మిన్ సూర్యా అర్పితా స్సప్త సాకం॥ అనుశ్రుతియే యేడ్గురు సూర్యులు కలరని చెప్పుచున్నది. కొందఱుశోధకులు బృహస్పతిని నాల్గవచంద్రునిగా గనిపెట్టిరి అట్లే పూర్వపురుషులును కశ్యపుని ఏడవసూర్యునిగా నిర్ణయిం చిరి. అందు సూర్యునకేవి యుపగ్రహములో వానికాంతి సూర్యునియధీన మనియు, తక్కసూర్యులకాంతి కశ్యపుఁడగు మహాసూర్యు నధీన మనియు శ్రు॥ తే అస్మై సర్వే కశ్యపా జ్జ్యోతి ర్లభన్తే॥ అనుశ్రుతి చెప్పుచున్నది. ఇట్లు మనపూర్వపురుషులత పోరాశి యైనవేదమువలననే కశ్యపుఁడు మొదలుగా నేడ్గురు సూర్యులు కలరని తెలియుచున్నది. కాబట్టి సూర్యమండల ముగాని, సూర్యుఁడుగాని యుపాస్య మని చెప్పునెడ ఉపాస్యవ స్తువు వ్యవస్థితము గాదు. సూర్యున కంతర్యామి యగుపర మేశ్వరుఁడే యుపాస్యవస్తు వని యంగీకరించునెడ నిశ్చితమగు చున్నది.

తైత్తిరీయకమున మహోపనిషత్తునందుగాయత్రీరహ స్యము బాగుగ నిర్ణయింపఁబడియున్నది. అందు మొదట సూ ర్యమండలము ప్రస్తావింపఁబడుచున్నది. అయ్యది తేజోమయ

మైనది. మనజీవనము సూర్యమండలప్రభాధీనమైనదిగావున నా మండలము అపరిచ్ఛిన్న మగుపరమేశ్వరశక్తి నుపాసించుటకు స్థాన మని చెప్పఁబడియె. ఆమండలమే యుపాస్యము కాదు. ఇఁక మండలమున కాధిపత్యము వహించినసూర్యుఁ డనుదేవుఁ డుపాస్యుఁ డగు. ఈయుపాసన సూర్యునందె పర్యవసానము నొందదు. ఇఁక నాసూర్యున కంతర్యామియు, సర్వధీచోదకుండు నగుపరమేశ్వరునందు పర్యవసానము నొందును. అని యీ యర్థమును శ్రు॥ ఆదిత్యోవా ఏష ఏత న్మండలం తపతి॥ అని ఉపాసనాస్థాన మగుమండలమును, దాని కధిపతి యగు నాదిత్యుని మొదట ప్రస్తావించి, పిదప శ్రు॥ య ఏషోన్త రాదిత్యేహిరణ్మయః పురుషః॥ అనువచనముచే సూర్యున కన్తర్యామి యగుహిరణ్మయపురుషుని నిరూపించి, పిమ్మట శ్రు॥ నమోహిరణ్యరూపాయ హిరణ్యపతయే అంబికాపతయ ఉమాపతయే పశుపతయే నమో నమః॥ అని తదంతర్యామిస్వరూపమును స్పష్టీకరించెను.

ఈనిర్ణయమెఱుఁగక కొందఱు, ఆర్యులచేతన మగు సూర్యమండలము నుపాసించుచుందురని యాక్షేపించుచున్నారు. ఆర్యులు సూర్యమండలమునుగాని తదధిపతినిగాని యుపాసింపరు. ఇఁక నామండలాధిపతి కంతర్యామి యైనపరమేశ్వరునే యుపాసించుచున్నా రని నిర్ణయింపఁబడియెగదా?

మీశాస్త్రము సూర్యమండలమున కధిపతి యగుసూర్యునిహృదయమున నున్నఅంతర్యామిని ఆర్యుల కుపాస్యునిగాఁ

జెప్పునేని? ఆసూర్యమండమున కేమి లక్షణము? ఆమండలము
న కధిపతి యగుసూర్యున కేమి లక్షణము? ఆయధిపతి కంత
ర్యామి యగుపరమేశ్వరున కేమి లక్షణము? ఆయనయుపా
సన కేమిలక్షణము? అని యడుగుదురేని వారల కిది స
మాధానము.

మాశాస్త్రము సూర్యమండలము తేజోమయ మనియు
అది సోమాదిసర్వగ్రహములను ప్రకాశింపఁజేయునది యనియు
అందు సయోనిజు లగు వాలఖిల్యాదు లుందురనియుఁ అదిసంవ
త్సర మను కాలము నిర్ణయించుటకై మూఁడుకాలము లనునాభు
లు గలచక్రమునందు సంచరించు ననియు సర్వభూతముల యారో
గ్యము. అంకురముల పుట్టుక వర్షము మొదలగువానికి కారణమ
నియు మనుష్యాదు లుండుటకు నుపయోగించు తనయుపగ్రహ
ములయందు వసించుచున్న వివేకు లగుజనుల యుపాసనకొఱకు
స్థానం బనియు, అనేకము లగునుపగ్రహములతో గూడిన దని
యు, క్రమముగా జ్ఞానోదయమునకు కారణ మగుటచే వేద
రూప మనియు చెప్పెను. ఇఁక మండలాధిపతి యగుసూర్యు
ని, ఆదిత్యుఁ డనియు, కాశ్యపి యనియు, వాలఖిల్యముఖసేవితు
డనియు, పుణ్యవంతులచే పొందదగినవాఁ డనియు చెప్పెను.
ఇఁక నాయాదిత్యాంతర్యామి సర్వోపాస్యుఁ డనియు, సర్వధీ
ప్రేరకుఁ డనియు. సర్వసాక్షి యనియు, పరమేశ్వరుఁ డనియు,
పశుపతి యనియు ఉమాపతి యనియు, నీలగ్రీవుఁ డనియు చె

ప్పెను. ఇక నేమి చెప్పవలయు? ఫలప్రదుఁడని యే ఆదిత్యాంతర్యామి యగు పరమేశ్వరుఁ డుపాసింపఁబడుచున్నాఁడు. సూర్యుఁడు తానంతన ప్రకాశించువాఁడు గావునను, మనదృష్టిచే గొప్పవాఁడు గావునను అందు ఉపాసన పండితులు మొదలు కొని పామరులవఱకు విధింపఁబడినది. ప్రాతఃకాలము మొదలగు నియత కాలములయం దుపాసన ఆర్యుల కందఱకు సాధారణమైనది. కావున నితరులచే కనిపెట్టఁబడని సర్వరక్షక మగు మార్గము ఆర్యులచేతనే కనిపెట్టఁబడియె. అం దాదిత్యోపాసన చెప్పంబడినను అది తదంతర్యామిని గూర్చి చెప్పఁబడినదియే గాన బాధకము కానేరదు. ఇట్లు సూర్యోపాసనతోఁ గూడినయర్ఘ్యదానాదికము యొక్క మహిమ నిరూపింపఁబడియె.

ఇట్టు లర్ఘ్యదానము చేతను ధ్యానము చేతను సకలపాపనివృత్తుండై పరిశుద్ధి నొందినవాఁడు సూర్యాదిగ్రహజాతమునకు తర్పణము చేయవలయు. ఈప్రక్రియతో జపము నొకయంగము తప్ప సంధ్యోపాసన ముగియును.

ఇఁక జపము అందఱకు సుఖప్రదమనియు పరమాత్మను పొందించుననియు ప్రతిపాదింపఁబడును.

జపము.

జప మనుకర్మము పాశ్చాత్యులకు, మ్లేచ్ఛులకును గలదు. కాని వారు కాలతత్త్వము నెఱుంగరు. జప మైననో కాలనియతమైనది. అయినను వారు జపమునకు కాలనియమ

ము నేర్పరచరి. జపము చేసెందరు భగవన్తుని భజింతురు. అయినను వారు ప్రార్థించవలసినవిధము నెఱుంగరు, మఱికొందఱు ప్రతిదినంబును భోజనంబునకై భగవంతుని ప్రార్థించుచుందురు. అందు మన్త్రముతో పని లేదు. అది మృగములకును కలిగియున్నదే. గాన నిందేమియు గౌరవము లేదు. ఆహారనిద్రాదులు మనుజులకే గాదు. మృగములకును గలిగియున్నవి. అయినను మనుజులకు పరమేశ్వరునిదయచే గొప్పబుద్ధికలిగియున్నది. ఎవర లాబుద్ధిని బాగుచేసికొందురో మఱి యెవ్వర లాబుద్ధిని సన్మార్గమునందు ప్రవేశపెట్టుదురో వారలే మనుజులు. కాబట్టి యాహారాదులకై దేవుని ప్రార్థించునార్యుల పద్ధతి వదలిపెట్టి యార్యులయొక్క జపమను కర్మను సఫలమని నిర్ణయింపబడును.

జపము మనస్సుయొక్క కృత్యము కావున మొదట మనస్సుయొక్క శక్తిని తెలిసికొనుట యవసరము. మనస్సుయొక్క శక్తి యేలాటిదన, ఒక్కనిమనసు దోషయుక్తమైనను, లేక సంస్కారయుక్తమైనను బహుశరీరసాధ్యమగునమానుష కర్మమును చేయుచున్నది. ఆర్యులశాస్త్రమంతయు మనసును నియమించి న్యాయ్యమగుమార్గమున నిలుపుటకే యుపయోగించెడిని. కావుననే జ్ఞానము, యోగము, కర్మను వీనిని జెప్పుశాస్త్రములయందంతటను మనస్సును నిగ్రహించుట ముఖ్యముగా నిరూపింపబడుచున్నది. మనస్సన నెట్టిదో చూడు

ము. మనస్సు దోషయుక్తమై స్వప్నాదులయందు బహుశరీ
రసాధ్య మగుజగద్వ్యాపారము నంతను కల్పించుచున్నది. మ
ఱియు, బలహీనునకు నున్మాదము గలుగునెడ వాని కమేయ
మగుబలమును గలిగించును. ఇదిగాక, స్త్రీలమనసు భూతా
వేశదోషము నొందునెడ పలువు రెత్తలేని పెద్దబండను మో
యించును. అగ్ని నార్పును. నిద్రాహారములు లేకుండ
కాలము గడుపును. దోషములో గూడినమనస్సుయొక్క కృత్య
ము లిట్టివి. ఇదియే సంస్కరింపఁబడియెనేని సింహము, వ్యా
ఘ్రము మొదలగుమృగముల వశపరచుకొనును. పర్వతముల
పొడిచేయును. సముద్రమున సేతువు గట్టును. వివిధయం
త్రముల సృజించును. శత్రువుల జయించును. పాండిత్యము
గలిగించును ఇంద్రజాలాదుల గనఁబరచును. రోగముల ని
గ్రహించును. మృత్యువును జయించును. అణిమాదిసిద్ధుల
సాధించును. సూక్ష్మ మగుపరమేశ్వరతత్త్వమును కనఁబరచు
ను. కావున మనస్సుమహిమ అవాఙ్మానసగోచర మైనది.
మనస్సుయొక్క కర్మమే జపమని తెలిసినదే కదా. కావుననే జ
ప మాన్యులకునిత్య మనియు, బుద్ధిసంస్కారరూప మనియు
పెద్దలు నిర్ణయించియున్నారు.

బ్రాహ్మముహూర్తమున మేల్కొని భగవంతుని ధ్యానిం
చి స్నానాంతకృత్యములచే శరీరనైర్మల్యమును, ప్రాణాయామ
ము మొదలుగాని యర్ఘ్యదానముదనుక చేయఁబడినకర్మములచే

మనోస్థైర్యమును పొంది జపము నారంభించును. మొదట ప్రాణాయామముచే శుద్ధి నొంది యర్ఘ్యదానకాలమందు ధ్యానము నాచరించియున్నను మరల నాచరింపఁబోవు నదియు, ధ్యానావృత్తిరూప మైనదియు, మనోస్థైర్యమే ఫలముగా గలదియు నగు జపముయొక్క సిద్ధికై మరల నాచమనముచేసి, పది ప్రాణాయామము లొనరించి గాయత్రి నావాహనము చేసి యనుసంధానము చేసికొని గాయత్రీమహామంత్రమును వేయిమార్లుగాని, నూరుమార్లు గాని, పదిమార్లు గాని జపము చేయవలయును. ప్రాణాయామములచే పరిశుద్ధ మగుహృదయమునందు ఇంద్రియముల ప్రవేశపెట్టి, హృదయమునందును, సూర్యమండల మందును, సర్వప్రాణులయందును సాక్షియై సన్నిహితుఁడగు పరమేశ్వరుని ధీప్రేరకునిగా భావింపవలయు. అప్పుడు సూర్యోదయమవుయింపనందున చక్షురాదీంద్రియములు జగద్వ్యాపారమున ప్రవేశింపవు. అట్లు ప్రవేశింపని యింద్రియముల పరమేశ్వరునందు ప్రవేశపెట్టుట సులభ మనియెంచి యుదయముకంటె పూర్వమె జపము విధింపఁబడెను. విషయములయొక్క సాన్నిధ్యము కలిగియుండగా నింద్రియముల నాకర్షించుట సులభము కానేరదు గదా. కావున నీజపము సఫల మనుటలో సంశయ మేమియు నుండదు.

ఇదిగాక, మంత్రము యొక్క మహిమమునకు మనస్సుయొక్క మహిమమే మూల మైనది. మనసు స్థిరత్వము నొం

దకున్న మంత్రముయొక్క మహిమ దెలుపడనేరదు. కావున మనస్సుయొక్క మహిమ కొంత నిరూపింపఁబడియె. మనస్స న నద్దియో పాశ్చాత్యపండితులకు బొత్తిగాఁ దెలియదు. ఎప్పుడును బాహ్యశోధనమునం దాసక్తిగలవారలై శవశరీరముల తత్త్వము మాత్ర మెఱింగినవారలకు మనస్సుయొక్క తత్త్వ మెట్లు తెలియును? వారిభాషయందు భ్రూమధ్యశక్తి యనుట కంటె వేఱుగా మనస్సనువస్తువును బోధించుమాటయును లేదు. వారిలో కొందఱు ప్రతిక్షణము ననేకప్రేతశరీరముల శోధించి సహస్రారము (మెదడు) కంటె మనస్సనువస్తువు వేఱుగా లేదందురు. మఱికొందఱు దానిలక్షణ మిట్టిదని చెప్పుటకు శక్యముగాదు గాని మనస్సను నేదే నొకవస్తువు కలదని యంగీకరించుచున్నారు. వారికథ విడుచుదము.

మనవారిలో శాస్త్రకర్తలు మొదలుకొని నేటివఱకు ను నందఱును మనస్సనునొకవస్తువుకలదని యేకగ్రీవముగ నంగీకరించుచున్నారు. దానిలక్షణము శోధించి కణాదగౌతమ వ్యాసమతస్థులు మనస్సు అణురూప మని నిశ్చయించియున్నారు. దానినే మీమాంసకులు విభు వనివచింతురు. యోగులు బౌద్ధులును మనస్సు అణురూపమే. అయినను దానికియోగ సంస్కారమునలన విభుత్వము కలుగునని చెప్పుదురు. ఈమనస్సే ఆర్యమతమునకు పునాదియై యున్నది. శ్రు॥ యన్మనసా ధ్యాయతి తద్వాచా వదతి॥మనస్సుచే నెద్దానినాలోచించునో దా

నినివాక్కుచే పలుకును. అని యీమొదలగు శ్రుతులును, శ్లో॥మనఏవ మనుష్యాణాం కారణం బంధమోక్షయోః॥ బంధమునకు గాని, మోక్షమునకు గాని మనస్సే కారణ మగుచున్నది. అని యీమొదలగు స్మృతులును, శ్లో॥తస్మిన్ విలయం యాతి తద్విష్ణోః పరమం పదం॥మనస్సు ఎచ్చట లయమొందునో అదియె పరమప దమని గీతావాక్యంబును మనస్సుయొక్క మహిమనే ప్రశంసించు చున్నవి.

మన స్సనగా నైదుజ్ఞానేంద్రియములవలన గలుగుజ్ఞానముయొక్క కూటమి యనికొంద అందురు. కాని, యోగశాస్త్రజ్ఞులు యోగమే చిత్తవృత్తిని నిరోధించు నని చెప్పుటచేతను, అతీంద్రియయోగముచేతనే మనస్సువశ మగును అని చెప్పుటచేతను, శ్రు॥ఏషోఽణు రాత్మా చేతసా వేదితవ్యః॥మనసైవేద మాప్తవ్యం॥ ఈ మొద లగుశ్రుతులు ఇంద్రియములకు గోచరముగాని పరమాత్మ మనస్సునకు గోచరించు నని చెప్పుటచేతను, పంచేంద్రియములకంటె మనస్సు వేఱువస్తువని యేర్పడుచున్నది గాన పంచేంద్రియజన్యజ్ఞానసమష్టియె మనస్సు అని చెప్పుట యెంతమాత్రము యుక్తము కాదు. ఇదిగాక, ఇంద్రియములు పని చేయనిసమయమందును మనస్సు పనిచేయుచుండుట అనుభవసిద్ధమై యున్నది. ఇట్టు లుండ జ్ఞానేంద్రియములజ్ఞానముయొక్క కూటమియే మనస్సు ఎట్లగును? కాబట్టి సంకల్పమును, వికల్పము ధర్మముగా గలమన స్సనునొకవస్తువు వేఱుగా నుండియు

న్న దని యంగీకరించితీరవలయు. ఇట్టి మనస్సుయొక్క స్థితి పాశ్చాత్యు లెఱుంగరు. పూర్వపురుషులు యోగసిద్ధిచే మనస్సు వశపరుచుకొని పరకాయప్రవేశము, బహుశరీరముల పరిగ్రహించుట మొదలగుకృత్యముల సాధించియున్నారు. ఇటులుండగా మాంసఖండమువలె శరీరాంతర్గతమై విభజింపరాని యొకభాగము మనస్సనిగాని, ఒకభాగముయొక్క శక్తియె మనస్సనిగాని చెప్పుట యెట్లు యుక్త మగును? మనస్సుమాత్రమె స్వప్నావస్థయందు జగము నెట్లు సృజించుచున్నదో అదియంద ఱెఱింగినదే కదా? అట్లు మనస్సు తపముచే సంస్కరింపఁబడి బాహ్యజగమునుగూడ సృజించును. మనశ్శక్తివలననె పర్వతమును నియమించుట, సముద్రములను పానముచేయుట, సాగరమును బాధించుట, సకలలోకములయందు సంచరించుట అనేకశరీరముల పరిగ్రహించుట, ఇచ్ఛాధీనభోగముల నార్జించుట, అఖిలదేవతల వశీకరించుట, బహుమంత్రముల తత్త్వము నెఱుంగుట, క్రొత్తగ లోకమును సృజించుట, పరమాత్మను సాక్షాత్కరించుట, మొదలగు పనుల నార్యు లాచరించియుండిరి. ఆకారణమువలననె శ్లో॥ జితే చిత్తే జితం సర్వం ॥ చిత్తము వశమగునెడ సర్వము వశమగు నని పెద్దలు వచించియున్నారు.

అట్టిమనస్సుయొక్క కృత్యము ధ్యానముమాత్రమే. అయిన నది యన్నిటికంటె శ్రేష్ఠమైనదిగాన సర్వమును సాధించును. ఇష్టసిద్ధికి మనోనిశ్చయమే మూలముగాన పెద్దలు శ్లో॥

మంత్రే దేవే తథా తీర్థే దైవజ్ఞే భేషజే గురౌ, యాదృశీ భావనా యత్ర సిద్ధిర్భవతి తాదృశీ॥ మంత్రమునందు గాని, దేవుని యందు గాని, తీర్థమునందు గాని, జ్యోతిషికునియందు గాని, వైద్యునియందు గాని, గురువునందు గాని మనుజునకు గలభావము ననుసరించియే కార్యసిద్ధి యగునని వచించియున్నారు. కావున మంత్రాదిమాహాత్మ్యమునకు మనోమహిమయె మూలమనుట యథార్థమే. మనస్సునందు సహజమగుచాంచల్యమడగి స్థైర్యము కలుగునందాక దీనిమహిమ వెల్వడదు. మనస్సుయొక్క చాంచల్య మడచుటకు జపము పరమసాధనమగును.

అది యెట్లనిన, వినుడు. లోకమున శరీరగతము లగు వాతాదిదోషములు వాతప్రధానాదిపదార్థముల సేవచేతనే వైషమ్యమును విడిచి సామ్యము నొందునట్లు చిత్తంబును సదుపదేశము, మంత్రావృత్తి, ధ్యానము మొదలగుదానిచే చాంచల్యమును విడుచును. దారపుత్రధనాద్యభిమానముచే సతిచాంచల్యము నొందుచుండును. శారీరవ్యాధి కుదిరినను, చింతతొలంగకుండునెడ మనుజునకు సౌఖ్యము లేదు. కావున మనసుయొక్క నిశ్చలస్థితియె సుఖహేతు వగును. అట్టిస్థితి యొకనాడు సాధ్యమగునది కాదు. కావున బాల్యము మొదలుకొని ప్రతిదినంబును కొంతకాలము పరమేశ్వరునిచరణయుగమునందు చిత్తము నునిచి అది చలించుటయు, పరమేశ్వరుప్రేరణను బట్టి

యే యని యద్దేవుని ధ్యానించుచు నహంకారము విడిచి క్రమ ముగా నమనస్కయోగముయొక్క పర్యవసానదశ నొంది పర మానందరసనిమగ్ను లగుచున్నారు.

మఱికొంద ఱీయర్థంబు నెఱుంగకున్నను అనుపమశక్తి యుక్తము లగుమంత్రాక్షరములయందు నాలుకను, ఏదేనొక దేవతయందు చిత్తమును నునిచి, చేయవలయు నను నిర్బంధము చేతనో ? నమ్మకముచేతనో యభ్యాసము చేయుచున్నారు ఎట్లు చేసినను పడినప్రయాసము వ్యర్థము కా దను నమ్మకము తో నుపాసన నియతముగా నిర్బంధింపఁబడియె. సంకల్పధర్మ ము గల చిత్తమునకు నుపాసన యనుసాధనము లేక నిశ్చలత్వ ము కలుగనేరదు. చాంచల్యరూప మగుమనోరోగమును శ మింపఁజేయుటకై ధ్యానరూప మగుమానసచికిత్సను ప్రాచీను లుపదేశించిరి.

మఱియు పూర్వజన్మకృతము లగుపాతకములు సంస్కా రరూపమున చిత్తము నాశ్రయించియుండును. మానసికం బ గుజపంబును చిత్తమును సంస్కరించునదియే గావున దీనిచే పూర్వసిద్ధమై మనోగత మైనదుష్కర్మవాసన నశించును. కా బట్టి, శ్లో॥ జపతో నాస్తి పాతకం॥ జపము చేయుటవలన సకలపా తకములు నశించు నని మహర్షులు చెప్పియున్నారు. ఆకారణ మున నే, శ్లో॥ పూర్వజన్మకృతం పాపం వ్యాధిరూపేణ బాధతే। తచ్ఛా న్తి రౌషధై ర్దానై ర్జపహోమార్చనాదిభిః॥ పూర్వజన్మకృత మగుపాప

ము వ్యాధిరూపమున బాధించుచుండును. ఔషధములచే తను, దానములచేతను, జపము, హోమము, దేవపూజ ము న్నగువానిచేతను, నాపాతకము శమించునని వచించియున్నారు.

పూర్వజన్మమున చేసినపాపము ఈజన్మమున వ్యాధిరూపమై యెట్లు బాధించు నని కొందఱకు సంశయము కలుగవచ్చును. అది యెట్లనిన, సత్కర్మమువలన చిత్తమునకు తేటదనము గలుగునట్లె దుష్కర్మమువలన చిత్తమునకు కాలుష్యము కలుగుట సహజము. దీనిచే జాగ్రత యుండదు. దానంజేసి ప్రమాద మేర్పడును. ప్రమాదమే మిథ్యాహారవిహారములకు హేతువగును గదా? వ్యాధి గలుగుటకిక నభ్యంతర మేమి? కావున పాపము వ్యాధిహేతువనుట నిశ్చయమే.

అట్లైనను పూర్వజన్మకృతము ఈజన్మమున నెట్లు బాధించు నని యడుగుదు రేని వినుఁడు. ప్రతికర్మమునకు విపాకదశ రానిది ఫలము కలుగనేరదు. ఫలకాలము రాకున్న పైరు ఫలించునా? విత్తనమునందు అంకురపత్రపుష్పఫలాదిశక్తియున్నను యుక్తకాలముననే పుష్పఫలాదులు కలుగు నట్లు చిత్తమునందు వ్యాధిజనకదుష్కర్మసంస్కార మున్నను ఫలకాలముననే నిజశక్తిని గనపరుచును. కావున నీజన్మమున వ్యాధి గలిగించుట విరుద్ధము కానేరదు. ఔషధములకు వ్యాధినివర్తకత్వము నిర్వివాదమే కదా? వ్యాధికి నిదాన మగుపాపము న

నివర్తింపనిది వ్యాధి నివర్తింపదు గావున ఔషధములకు పాప నివర్తకత్వముసిద్ధమే. ఇఁక దానమునకు పాపనివర్తకత్వ మెట్టులన దాతకును దేయ మగుద్రవ్యమునకును గలసంబంధము తెలిసినఁగాని దానముయొక్క మహిమ తెలియనేరదు. సొత్తునకు,యజమానునకును స్వస్వామిభావరూప మగుసంబంధము కలిగియున్నదనుట ప్రసిద్ధమే. ఈసంబంధమే స్వామిభృత్యులయందును శరీరిశరీరములయందును గలదు.అయినను శరీరిశరీరములకు గలసంబాధమే సొత్తునకు యజమానునకును గలిగియున్న దని గ్రహింపవలయు. అది యుక్తమే. మనుజుఁడు తనశరీరము నెట్లు రక్షించుకొనుచున్నాఁడో తనసొత్తునుగూడ నట్లె రక్షించుకొనుచున్నాఁడు. తనశరీరమునం దెట్టిప్రేమానుబంధము కలిగియుండునో. తనసొత్తునందు నట్టిప్రేమానుబంధమె కలిగియుండు. తనశరీరనాశ మెట్టు లనిష్ట మో తనసొత్తుయొక్క నాశంబు ననిష్టమే. కావున జనునకు నిజధనము నిజశరీరముంబోలి యుండు ననుట నిర్వివాదము. దీనింబట్టి తనశరీరమునకు పవిత్రవస్తుసంసర్గము సుఖహేతువైనట్లు తనధనమునకు సత్పాత్రదానము సుఖహేతు వగుటయు, తనశరీరమున కపవిత్రవస్తుసంసర్గము దుఃఖహేతు వైనట్లు, తన ధనమునకు అపాత్రదానము దుఃఖహేతు వగుటయు ననుభవ విరుద్ధము లగునా? కానేరవు.

మఱియు అవిధముననే శరీరియొక్క సుకృతదుష్కృత

ములు శరీరము నాశ్రయించియుండునట్లు సొత్తు నాశ్రయించియు నుండును. అందువలననే నీచులవలనిప్రతిగ్రహము నిషేధింపఁబడియె. ఇందువలననె దానము పాపనివర్తక మనుటయు క్తియుక్తం బగుచున్నది. ఆయనుభవముననె కాంచనం కర్మవిమోచనమనియు, చిలుముతోఁగాని శీద్రము వదలదనియు నున్నగులోకప్రవాదములు ప్రసిద్ధములై యున్నవి. ఈయంశము ప్రసంగవశమున నిచట కొంచెముగా నిరూపింపఁబడియె. అయినను నైమిత్తికకాండమున నధికముగాఁ జూడనగు.

ఇఁక, హోమమునకు, దేవపూజకును పాపనివర్తకత్వము ముందు నిరూపింపఁబడును.

ప్ర॥ మానసిక మగుజపమునకు మనస్సును సంస్కరించుద్వారా పాపనివర్తకత్వ మున్నను వాచిక మగుజపమునకు పాపనివర్తకత్వ మెట్లు?

ఉ॥ మానసిక మగుజపమునకు మనస్సును సంస్కరించుద్వారా పాపనివర్తకత్వ మున్నట్లే వాచిక మగుజపమునకు శరీరమును సంస్కరించుద్వారా పాపనివర్తకత్వము కలదు.

ప్ర॥ వాచిక మగుజపము శరీరము నెట్లు సంస్కరించును?

ఉ॥ వాచిక మగుజప మనఁగా, మంత్రోచ్చారణమేకదా? మంత్రోచ్చారణసమయమునందు (మంత్రమునందలి యాయా యక్షరముల నుచ్చరించునప్పుడు) ఆయావర్ణముల కుత్పత్తిస్థానము లగుకంఠము, దవడలు మొదలగునవి చలించుట సం

భవించును. ఆచలనమువలన వానికి సంబంధించిననాడులు కదలును. ఆకదలికయైనాడులద్వారా శరీరగతము లగుదుర్మలములు నివర్తించుటకు కారణ మగుగదా? ఈయంశము నైమిత్తిక కాండమున మంత్రమాహాత్మ్యమునందు విస్తరముగ నిరూపింపఁబడగలదు, గాన నందు జూడనగును.

జపము సకలపాపములను హరించునది గావుననే కలిప్రభావ మెఱింగినయార్యులకు సర్వార్థకల్పతరు వగుచున్నది. కావుననె శ్లో॥ కలిం సభాజయం త్యార్యా గుణజ్ఞా స్సారభాగినః। యత్ర సంకీర్తనా దేవ సర్వ స్స్వార్థోహి లభ్యతే॥ అని పురాణవచనము కలదు. దీనియభిప్రాయ మిది. సంకీర్తన మనఁగా, గాయత్రి మొదలైన భగవన్నామాంకితము లగుమంత్రములయొక్క జపము. దీనిచేతనే బ్రాహ్మణులు మొదలుకొని యంత్యజులవఱకు నందఱును స్వార్థమును పొందుదురు. స్వార్థ మనగా, స్వ= ఆత్మయొక్క, అర్థము_ నిరతిశయసుఖము. అదియే అపవర్గసుఖము, వర్ణభేదమును బట్టి మంత్రములు వేఱైనను వానియర్థ మొక్కటియేగాన ఫలభేదము లేదని యెఱుఁగవలయు.

శరీరతత్త్వముల భేదమును బట్టి ఔషధము వెవ్వేఱైనను ఆరోగ్య మందఱకు సమానమె యగునట్లు బ్రాహ్మణాది వర్ణతత్త్వముల భేదమునుబట్టి మంత్రములుమాత్రము వెవ్వేఱైనను ఫల మందఱను సమాన మగుటకు సంశయ మొంతమాత్ర

ము లేదు. ఈయంశము వైదికవర్ణనిర్ణయమునం దధికముగా నిరూపింపఁబడినదిగాన నందు జూడవలయును.

కలుషభూయిష్ఠ మగునీకలికాలమునందు నిమిషమాత్ర మైనను భగవంతుని ధ్యానించుట దుష్కరము. ఆకారణము ననె కలియుగమందు తప మల్పకాలము చేసినను దానికెక్కువఫలము కలిగియున్న దని చెప్పఁబడియె. తక్కయుగములందు జనులు స్వధర్మనిరతులు సత్యవంతులునుగాన పెక్కురు సత్సంప్రదాయమును నొంది సులువుగ నాత్మసుఖము ననుభవించియుండిరి.

ఇప్పుడు సారములేనినేలయందగు పంటకునోహదమే హేతువైనట్లు యత్నాతిశయమే కారణ మగుచున్నది. కావున జపముమాత్రముననె యిష్టసిద్ధి కలుగునని పైపురాణవచనాభిప్రాయము.

ఏలన, సకలధర్మములలోనను ధ్యానము ముఖ్య మైనది. ఇది చిత్తశుద్ధికి పరమసాధనముకదా? చిత్తశుద్ధిని గోరియే భరతఖండవాసు లనేకకర్మములు చేయుచున్నారు. అందువలననే పెద్దలు శ్లో॥ కర్మణా శుద్ధచిత్తస్య స్వయంబ్రహ్మావభాసతే॥ సర్వకర్మములకు సాక్షాత్తుగాగాని, శరీరముద్వారా గాని చిత్తమును శుద్ధిచేయుట ప్రయోజన మనియు, అట్లు చిత్తశుద్ధి నొందినవానికి బ్రహ్మసాక్షాత్కారము కలుగు ననియు చెప్పియున్నారు.

బ్రాహ్మముహూర్తమున మేల్కాంచినది మొదలుకొని నిరూపింపఁబడినకర్మములు శరీరమున కారోగ్యము కలిగించున విగాన మనసునకు నైర్మల్యము నొసంగును. తక్కుంగలమంత్రములు మొదలగునవి సాక్షాత్తుగా చిత్తమునకు శుద్ధి కలిగించును.

కావున జపము శుచియైనవానికి, నశుచియైనవానికిని విధింపఁబడినది. శుచియైనవానికి పుష్కలముగను, అశుచియైనవానికిని, అకాలమందు చేసినవానికిని తగునట్లును ఫలంబిచ్చును. ఇట్లు బ్రాహ్మముహూర్తము మొదలుకొని సూర్యోదయముదనుక చేయనగుకర్మకలాపముయొక్క ఫల మీప్రకరణమున వివరింపంబడియె.

ఇది
ఉషఃకాలప్రకరణము.

నిత్యకాండము, ప్రాతఃకాలప్రకరణము.

సూర్యోపస్థానము.

సూర్యుం డుదయించుదనుక గాయత్రీజపము చేసి సూర్యోదయము కాగానే యద్దేవునకు నుపస్థానము చేయవలయు. ఉపస్థాన మనఁగా సేవ. అదివఱకు చేసినగాయత్రీజపముచే సంతర్గతము లగుమలములు నివర్తించెను. స్నానాదులచే బహిర్గతము లగుమలములును నివర్తించెను. అయినను సూర్య

కిరణసంపర్కమువలన గలుగుశోధనచేగాని శారీరము లగుమల ములు నిశ్శేషముగా నివర్తింపనేరవు. ఇట్లు రవికిరణసంపర్కముచే శారీరము లగుమలములు పరిపాకంబు నొంది నివర్తించుటయు, స్నానాదులచే శరీరమునకు గలిగినశైత్యము శాంతించుటయు. తన్మూలమున నింద్రియములకు లాఘవము గలుగుటంజేసి చిత్తమునకు నుత్సాహంబును గలుగునని యెంచి యుపస్థానము విధింపంబడియె. అప్పు డూరక నిలుచుండునెడ చిత్త మన్యవిషయాయత్త మగునని మంత్రోచ్చారణము విధింపంబడియె. ఇట్లు సూర్యోపస్థానమైన పదంపడి అగ్న్యుపాసనము చేయవలయు.

అగ్న్యుపాసనము.

అగ్నిని నియతముగా సేవించునెడ నధికారోగ్యము కలుగును. కావుననే పెద్దలు శ్లో॥ దశవైద్యసమో వహ్నిః॥ అగ్ని పదిమందివైద్యులతో సమానుడనివచించియున్నారు. అగ్ని యారిపోకుండ పదిదినము లుండునెడ దానిభస్మము క్షార మెక్కువ గలిగియుండును. ఆభస్మము త్రిదోషముల హరించును. మఱియు, చిరకాల మగ్నిని పరిచరించునెడనాయగ్ని కాంతి శరీరమునం బ్రవేశించును. అందగు భస్మము ధరింపఁబడుచుండును. దానిపొగ గృహమును వ్యాపించును. ఇందువలన నేమి ప్రయోజన మని యడుగుదు రేని వినుడు. అగ్నియందు క్షారము ప్రధానముగా గలయశ్వత్థము మోదుగ, చం

ద్ర, మారేడు, మఱ్ఱి, అత్తి, జువ్వి మొదలగుచెట్లయొక్క సమిధలు హోమము చేయఁబడుచున్నవి. వీనికి రసవస్తుబంధకత్వము, సమదోషకరత్వము మొదలగుగుణములు వైద్యశాస్త్రమునఁ జెప్పఁబడియున్నవి. పర్వములయందు హవిస్సు, గోఘృతము మొదలగునదియు హోమము చేయఁబడుచుండును కావున వీనిహోమపారినగృహములయందు గాని, గ్రామములయందుగాని, దుర్వాయువలనను దుర్గంధమువలనను గలుగురోగములు సంభవింపనేరవు.

కావున ఆస్తికశిఖామణు లగునార్యులు కేవల మాముష్మికఫలమును గాని, కేవల మైహికఫలమునుగాని కోరి సత్కర్మముల నాచరించి రనుట యుక్తము కాదు. రెంటిని గోరి యాచరించి రనుటయే వాస్తవము.

మఱియు నగ్ని శరీరముయొక్క పుట్టుకకు కారణమగుటయెగాక జీవనమునకును సాధకమగుచున్నది. అది యెట్లనిన, స్త్రీపురుషులయొక్క సమాగమమువలన శరీరోత్పత్తి కలుగుననియందఱకు దెలియును. అది కేవలమువారల సమాగమముననె కలుగనేరదు. వారిశరీరమున ప్రవేశించిన బీజశక్తులు రేతోరూపములై యవి గలియుటంజేసి శరీరోత్పత్తి కలుగుచున్నది. రేతస్సు గలుగుటకును రక్తముయొక్క యూష్మమే కారణము.

ఇట్లు కేవలము జరాయుజములయందేగాక అండజము

లయుండును ఊష్మబలమువలననే అండము పగులుట సంభవించును. ఇట్లు ఉద్భిజ్జములకును సూర్యకిరణసంపర్కమువలననే అంకురము వెల్వడుచుండును. అట్లు స్వేదజములకును స్వేదమే కారణముగాన నాస్వేదమునకు నూష్మమే మూలకారణమగుచున్నది. కావున శరీరముయొక్క యుత్పత్తి యూష్మమువలన ననుట సిద్ధము. ఈయూష్మ మగ్నిగుణమే కావున నగ్నియె యుత్పత్తికారణ మనుట నిర్వివాదము.

ఇట్లే రసాదిధాతువులయొక్క పరిణామమునకును నూష్మమే కారణ మగుచున్నది. అదియే క్షుత్తనియు జాఠ రాగ్నియనియుఁ జెప్పంబడుచుండును. అది నశించునెడ ప్రాణి యప్పుడె మృతి నొందును. కావున నగ్నియే జీవనమునకును సాధన మనుట నిశ్చయము. అగ్నిపరిచర్యవలన యోగ్యమగు క్షుచ్ఛక్తి కలుగుటయు నను భవసిద్ధమై యున్నది.

ఈయగ్ని పరిచర్య మనుజులకు పుట్టుక మొదలుకొని సంప్రాప్తమై యున్నది. అది యెట్లనిన వినుఁడు.

శిశువు పుట్టగనె యాయింటియందు అగ్ని నిలుపఁబడుచున్నది. ఆయగ్నిగుణముచేత మలమూత్రాదిదుర్గంధదోషము లడగిపోవును. దానంజేసి యాశిశువు వ్యాధిరహితుండు తేజోవంతుండునై పెరుగును. అనంతరము పనయనకాలమున దలిదండ్రులచే ఫలీకరణ హోమాదులవలన నాశిశువు అగ్నిసమక్షముననె సంస్కరింపఁబడుచున్నాఁడు. ఇట్లుపన

యనసంస్కారము నొంది తానె యగ్నిని పరిచరించును. బ్రహ్మచారి గురుపరతంత్రుఁడై విద్యాపరాయణుఁ డగుటంజేసి యతనికి వైదికాగ్నిధరణ మశక్యము గాన లౌకికాగ్నియందు సమిధలచే హోమముమాత్రము విధింపఁబడియెను. కాని వైదికాగ్నిధరణము చర్వాదిహోమము విధింపబడలేదు. అనంతరము వివాహము చేసికొని స్వతంత్రుండై యున్నప్పుడు అగ్నిని గాపాడుటకు వీలు కలదుగాన లౌకికస్మార్తాద్యగ్నిధారణము విధింపఁబడియె. ఇందు పాకముమొదలుకొని వైశ్వదేవాంత మగుకృత్యమునకు లౌకికాగ్నియు, గృహ్యసూత్రోక్త మగునిత్యౌపాసనకు స్మార్తాగ్నియు నుపయోగపడుచుండును.

అగ్నిని నితరగృహమునుండి కొనివచ్చునెడ నచట పక్వమగుపదార్థముయొక్క యంశంబు లాయగ్నియందుఁ జేరియుండునుగాన తాను వారియింటియందు భుజించినట్లె యగునని యెంచి యగ్ని నితరగృహమునుండి కొనిరాఁగూడ దని వచించిరి. అగ్ని యవసర మగునెడ మథించుకొనవలయు ననియు, లేకున్న తా మెవరియన్నము భుజింపనగునో వానిగృహమునుండి తేవచ్చు ననియు సూ॥ మంథ్య శ్రోత్రియాగారా ద్వాహార్యః॥ అని సూత్రకారులు వచించిరి. ఇందువలన శ్లో॥ అగ్నిర్దేవో ద్విజాతీనాం॥ ద్విజుల కగ్ని సేవనీయుఁ డనువచనము యుక్త మగుచున్నది. ద్విజులు చేయునగ్నిపరిచర్యవలననే గ్రామములోని తక్కుంగలజనుల కందఱకు నారోగ్యము కలుగు

చుంపుటం జేసి యితరుల కగ్న్యుపాసనము నిర్బంధవిధి కాద య్యెను. అట్లు చేయ నౌత్సుక్యముగల శూద్రులకును స్వ జాతిసహజ మగుసత్వాదిగుణభేదమునుబట్టి తాంత్రికమంత్రము లచే అగ్న్యుపాసనాదికర్మానుష్ఠాన మంతయు శూద్రకమలాక రమున నిరూపింపబడియేయున్నది. కావున శాస్త్రకర్తలకు ప్రజలయం దెంతమాత్రము పక్షపాతము లేదనుట నిశ్చయ ము. ఇహాపరసుఖసాధన మగుకర్మానుష్ఠానమునెడ నందఱు సంపూర్ణాధికారు లనుట నిర్వివాదము.

మఱియు నీయగ్న్యుపాసనము మనుజునిపూర్వాపరా వస్థల సంధిసమయములయందు సంభవించుప్రకృతివికారముల కును నివర్తకమై యుపయోగించుచున్నది. అది యెట్లనిన నాలింపుడు.

శరీరము లనుక్షణము మార్పు నొందుచుండుట స్వభా వసిద్ధ మని యందఱకు దెలిసినయంశమే. అయినను సూర్యో దయము, సూర్యాస్తమయము, పర్వములు మొదలగు సమ యములయందు గ్రహగతినిబట్టి విశేషించి మార్పునొందునని గ్రహింపవలయు. కావుననే సూర్యాస్తమయాదులయందు వాతాదివ్యాధులును, అమావాస్యాదిపర్వములయందు ఉన్మా దాదులు నుద్రేకించుచుండుట సర్వానుభవసిద్ధము.

దేహదౌర్బల్యము గలవారలకు వాతాదివ్యాధులును, మనోదౌర్బల్యముగలవారలకు నున్మాదాదివ్యాధులును నప్పుడ

ప్పుడు బైలుపడుచున్నవి. దేహదార్ఢ్యము, మనోదార్ఢ్యము గల వారలకు నావిధమున వ్యాధులు బైలుపడకున్నను కాలస్వభావముబట్టి యందఱకు శరీరతత్త్వములు మార్పు నొందుచుండు నని యొప్పక తప్పదు. శరీరతత్త్వములు మార్పు నొందునప్పుడు పలువిధము లగువికారములు సంభవించుటయు సహజము. అట్టివికారములు సంభవింపకుండ శరీరములు యథాస్థితముగా నుండుటకే సూర్యోదయాదికాలములయందు అగ్న్యుపాసనము విధింపఁబడినది.

ఇట్లు బ్రాహ్మముహూర్తమున నిదుర లేచినది మొదలు కొని అగ్నిపరిచర్యవలనను మహాఫలము గలకర్మములు చేయుటం జేసి బుద్ధివికాసము గాంచినజనుఁడు శ్రీమహాపంచాక్షరాదిమంత్రముల జపింపవలయు. అనంతరము పానమునకు, పాకమునకు నుపయోగించుజలము ప్రాతఃకాలమునందు సూర్యుఁ డుదయింపఁగనె గ్రహింపవలయు. ఈయంశము వైద్యశాస్త్రమునందు శ్లో॥ చంద్రాదిత్యసమీరణై ర్విరహితం వర్జ్యం జలం సర్వదా॥ సూర్యచంద్రకిరణములు, గాలియు సోకని జలము గ్రాహ్యము కాదని చెప్పి సూర్యకిరణసంపర్కము గలజలమునే గ్రహింపవలయు నని చెప్పఁబడియున్నది. సూర్యోదయము కంటె ముందు జలము స్నానమున కుపయోగపడునుగాని పానాదుల కుపయోగింపదు.

కావున సూర్యుఁ డుదయింప సూర్యకిరణసంబంధము చే

పాచనగుణము నొందినజలమును ప్రాతఃకాలముననే గ్రహించి వస్త్రముచే వడియబోయవలయు. ఈయర్థము శ్రు॥ ఉద్ధృతపరి పూతాభి రద్భిః కార్యం కుర్వీత॥ అని శ్రుతియు శ్లో॥ వస్త్ర పూతం జలం పిబేత్॥ అని ధన్వన్తరియు చెప్పియున్నారు. ఇట్లు కర్మానుష్ఠానముచేసి స్వాధ్యాయము నావృత్తి చేయవలయు.

ఇది ప్రాతఃకాలప్రకరణము.

సంగవప్రకరణము.

అహస్సు నైదుభాగములు చేయగా నందు రెండవభాగ మగునాఱుగడియలకాలమునకు సంగవకాల మని పేరు. ఈకాలమున కర్మ మెద్దియు విధింపఁబడియుండలేదు. అయినను నీకాలమే మనుజులకు జీవనాధార మైనది. ఏలన, మనుష్యున కప్పుడె లౌకికవ్యవహారము విధింపఁబడినది. ఇది యుక్తమే. ఉషఃకాలమున లేచి మల విసర్జనము నాచరించి దంతధావనము చేసికొని స్నానముచేసి శుభ్రవస్త్రముల ధరించి త్రిపుండ్రము పెట్టికొని, సంధ్య నుపాసించి, పరమేశ్వరుని ధ్యానించి అగ్నిని సేవించి యున్నవానికి శరీరము, మనస్సు, ఇంద్రియములు నిర్మలము లయ్యెను. కావున నపుడు తనవృత్తిని నెరవేర్చుకొనుటకు నైపుణ్యము కలిగియుండును. ప్రాచీనుల సంప్రదాయమేమనిన,

రేలుంబవళ్లు నెనిమిదిజాములకాలమును నాలుగుభాగ

ములు చేయగా సందొకభాగము నిద్రకొఱకును, ఒకభాగము కర్మముకొఱకును, ఒకభాగము వృత్తికొఱకును, ఒకభాగముఆహారపానములమోక్షము, శౌచము, క్రీడమున్నగుశారీరకర్మములకు నుపయోగపడును. ఇందు నిద్ర బహుసుఖసాధన మైనది. కర్మను పరలోకసుఖమే ప్రధానముగా గలదిగాన నది యొక్కవేళ తీర్చుకొనుటకు శక్యము కానేరదు, అట్లే ఆహారాదిశారీరక్రియలును జంతుమాత్రమునకు సహజసిద్ధములై యున్నవి. ఇవియు నొక్కవేళ తీర్చుకొనుటకు శక్యము కానేరవు. వృత్తియు ధనార్జనసాధనము. ఇదియు నానాజనసమ్మేళనసాధ్యముగాన నొక్కవేళ నెరవేర్చుకొన సాధ్యము కానేరదు. కావున ప్రాతఃకాలమున నాలుగడియలు, సాయంకాలము తొమ్మిదిగడియలు నని వ్యవస్థచేయఁబడియెను. వృత్తికై రెండుఝాములకంటె. నెక్కువకాలము వినియోగింపగూడదు. సగవకాలము తనకుదగినవృత్తిని నెరవేర్చుకొన నుపయోగించెడివి. ఆవృత్తియు శరీరము మనస్సు, ఇంద్రియములు నిర్మలములైయుండినంగాని సాధ్యము కానేరదు. కావున నప్పు డది నియమింపఁబడియె.

తరుచుగ నప్పుడే రాజులు రాజకీయవ్యవహారమునకై యాస్థానమున సింహాసనము నధిష్ఠించినట్లు కవులు వర్ణించియున్నారు. వాణిజ్యపరులచే వ్యాపారము, శూద్రులచే కర్షణాదికము నప్పుడె నెరవేర్పఁబడుచున్నవి. దీనింబట్టి యీకాల

మునందు నిజవృత్తి నెరవేర్చుకొనవలయు.

ఇదిసంగవప్రకరణము.

మాధ్యాహ్నికప్రకరణము.

మాధ్యాహ్నికకాలమునందు స్నానము, త్రిపుండ్రధారణము, సంధ్యోపాసన, బ్రహ్మయజ్ఞము, భగవదారాధనము. వైశ్వదేవానుష్ఠానము, భోజనము కర్తవ్యములగు. మధ్యాహ్నమనగా, అహస్సు నైదుభాగములు చేయగా నందు మూడవకాలము. అది పదమూడవగడియమొదలుకొని పదునెనిమిదవగడియవఱకు వ్యాపించియుండును. ఇది అహస్సునకు మధ్యకాలముగాన మధ్యాహ్నమని చెప్పఁబడుచున్నది. ఇందుఁ జేయనగుస్నానము, వస్త్రధారణము, పుండ్రము, సంధ్య వీనియొక్క ఫలము ఉషఃకాలపటలమున నిరూపింపఁబడినవే యగు. ఇట్లు సంధ్య నుపాసించినవాఁడు బ్రహ్మయజ్ఞమనుదేవర్షిపితృతర్పణముల నాచరింపవలయు. దేవతలు, మహర్షులు, పితరులును మనలయం దనుగ్రహముంచి మనకు మహోపకారము చేసియున్నవారుగాన వారియెడఁ గృతజ్ఞతను గనఁబరచుటకై వారి నుద్దేశించి తర్పణము విధింపఁబడినది. పిదప భగవదారాధనము నొనరింపవలయు. శ్రు॥ నిత్యం త్రిసంధ్యం శివలింగ మభ్యర్చ్యేత్॥ అను శ్రుతిచేత భగవదారాధనము మూడుకాలములయందును విధింపఁబడి పెద్దలచే ననుష్ఠింపఁబడు

చున్నది.

అయిన నీకాలమునందు భగవదారాధనమునకు దగిన సామగ్రి పుష్కలమగును. గాన నపుడు ముఖ్యముగాఁ జేయవలయు. ఏలన, అప్పటికి గృహశుద్ధి పూర్ణమగు. నివేద్యము లగుభోజనపదార్థములు సిద్ధము లగు. పూజోపయుక్తము లగుపుష్పాదికములు సంపాదితము లగు. కావున నీకాలము ప్రధాన మైనది. ఈయారాధనము భగవంతునియందు నిష్ఠ కలుగుటకై విధింపఁబడియె. ఇయ్యది ప్రాతస్స్మరణము, సంధ్యోపాసన మొదలగువానిచేతనే సాధ్య మగును.

అయిన నిద్దానిచే పరమేశ్వరు ననుగ్రహముచే లభించియున్న యింద్రియవర్గమును, కళత్రము మొదలగుసర్వపరివారమును, పశువులు మొదల లగునుపజీవివర్గమును, గృహము మొదలగుభోగ్యజాతమును పరమేశ్వరు నధీనముచేయుట సంభవించునుగాన దానివలన మహాఫలము లభించును. ఈయంశము విగ్రహారాధనమను గ్రంథమున సవిస్తరముగా నిరూపింపఁబడును. ఐన నిచట ప్రకృతము గాన నద్దానిప్రయోజనములు కొన్నియిచ్చట ప్రతిపాదింపఁబడుచున్నవి.

స్వార్థ, పరార్థ, అనిపూజ రెండువిధము లగు. తిరుగ, వ్యక్తపూజ, అవ్యక్తపూజ అని యొకటొకటి రెండేసి విధములు.

ఇందు పరివారముతోఁ గూడినదై తనకు ఆరోగ్యరూప

మగు ప్రత్యక్షఫలమును, అక్షయమైనపరమేశ్వర ప్రసాదరూప మగునపరోక్షఫలముకు గోరి చేయుపూజ స్వార్థ యని చెప్పం బడుచున్నది. ఇంక నశక్తులు, ననధికారులు నగువారివైహి కాముష్మికములను గోరి యొరులచేఁ జేయఁబడుపూజ పరార్థ యని చెప్పంబడును. ఈరెండిటను కరచరణాదులు గలబేర ములయందు చేయఁబడునది వ్యక్తపూజ. ఇంక కరచరణాదు లు లేనిబాణలింగాదులయందు చేయఁబడునది అనభివ్యక్తపూజ మొదటిరెంటిలో స్వార్థపూజయు, ఈరెంటిలో ననభివ్యక్తపూ జయు శ్రేష్ఠములైనవి. అని పురాణములయందు చెప్పంబడి యున్నది. వ్యక్తపూజయందు ప్రతిమలులోహనిర్మితములుగా నుండును. వానియందద్భుతమైనవిద్యుచ్ఛక్తి గలదు. ఇంక కొన్ని పంచలోహనిర్మితము లారాధింపఁబడుచుండును. వా నియొక్క దర్శనము, స్పర్శనము, గంధాదిధారణము మిక్కిలి యారోగ్యకరముగా నుండును. అయిన నీప్రతిమలయందు తీర్థశోధకత్వము లేదుగావున బాణలింగమును, సాలగ్రామమును నర్చించుటయే యధికఫలప్రద మగును. అందువలనె మహాభా రతమున, శతరుద్రీయమునందు శ్లో॥ జన్మకర్మతపోయోగా స్తయోస్త వచపుష్కలాః॥ తాభ్యాం లింగే ర్చితో దేవ స్త్వయార్చాయాం యుగే యుగే॥ కృష్ణార్జునులయొక్కయు, నీయొక్కయు జన్మకర్మంబు లును, తపోయోగంబులును సమృద్ధంబులే అయినను వారు పరమేశ్వరుని లింగమునం దర్చించిరి. నీవైననో ప్రతిమయం

దర్శించితివి. కావున వారలు నీకన్న నధికులు. కావున నీవు వారల జయింప జాలవని యశ్వత్థామ నుద్దేశించి వేదవ్యాసుఁడు చెప్పినవచన సందర్భమునుబట్టి కరచరణాదులు లేని లింగాద్యారాధనమె శ్రేష్ఠ మని తెలియుచున్నది.

కరచరణాదులు గల ప్రతిమయందు భగవంతుని ధ్యానించుట కన్న కరచరణాదులు లేని బేరమునందు భగవంతుని ధ్యానించుటయందు మనస్సున కధికపరిశ్రమము అపేక్షిత మగును. దానినిబట్టియె ఫ లా తి శ య ము యు క్తి యు క్తము నగుచున్నది,

అనభివ్యక్తము లగుసాలగ్రావాదులయందు తీర్థశోధకత్వము కలదని యెట్లు గ్రహింపవలయు ననిన వినుడు.

సాలగ్రావము రంధ్రమున నిమ్మపండురసము నుంచునెడ శంఖమునందుంబలె నురుగు గట్టును. ఈశక్తి సుధ (సోడా) యందుగలదు. దీనింబట్టి సాలగ్రావమునందు సుధ (సోడా) కలదని తెలియుచున్నది. కావున శంఖమునకు, సాలగ్రావమునకు తీర్థశోధకత్వము కలదు. ఈకారణముననె కూపప్రతిష్ఠయందు శంఖమును, సాళిగ్రావమును నుంచవలయునని విధింపఁబడి యున్నది. శంఖముఉప్పునీరునందు బెరిగినది. కావుననే దానియందు నిమ్మపండురసము ఉడుకుచున్నది. దీనింబట్టి జలమును నిర్మలముచేయుశక్తి ఇందు గలదని స్పష్టపడుచున్నది.

ఇక సాళిగ్రామము శుద్ధము, మధురము, నానౌషధి సారయుతము నగుగండకీజలమునందు ఉత్పత్తిమొదలుకొని పెరిగినది. అందు సజాతీయముల నాకర్షించుశక్తివలన శిలలయందున్న లోహాంశములను సర్వౌషధులయందున్న సుధను (సోడాను) ఆకర్షించి తనయందునిచికొనియున్నది. మఱియు గండకీజలము అత్యున్నతమగు హిమవంతమునుండి ప్రవహించుచున్నది. హిమవంత మత్యున్నత మగుటవలన నీగండకీజలమునకు అతిశుద్ధము లగుఖాతములతో సంబంధంబును, పలువిధము లగునోషధిమూలములతో పరిచయంబును, హిమసంబంధంబును, ధాతూపధాతుసంబంధంబును గలదు. ఇట్టిలనిశక్తి గలగండకీజలంబున వృద్ధి నొందినందున వజ్రకీటమునొక్క శరీరంబును నధికశక్తి గలదై యున్నది. కావున నీసాళిగ్రామమునందు బహుగుణంబులు గలవు. మఱియు దీనియందు సౌవర్ణాంశము లుండి కొన్ని జలమునఁ జేరుచుండును.

మఱి బాణలింగంబును శ్రీశైలశిలగాని, శోణ, భద్ర శిలగాని, సువర్ణముఖరీశిలగాని, స్ఫటికశిలగాని, మరకతశిలగాని, శ్రేష్ఠమని ప్రాచీనులచే గ్రహింపఁబడుచున్నది. వీనియందుత్తమము లగునోషధిశక్తులు, సకల మగులోహశక్తులును గలిగియుండుటనే పరమపవిత్రములని వీనిని పెద్దలు గ్రహించియుండిరి. ఇట్టిశిలలయందు భగవంతుని భావించు నెడ జన్మమెట్లు సఫలము గాకుండును?

ఇట్టి బాణలింగమునం దభిషేకము చేయఁబడినజలము ఇందు గొంతకాలము చేరియుండుట నిర్మల మగుగాన నాతీర్థ మును ప్రాశన జేయునెడ నిక్కముగా శరీరారోగ్యమును గలిగించును. అందగునీశ్వరభావన మనస్సును నిర్మలము గావించును. ఇట్టిపూజయందు చేతులకు పరిమార్జనము, అభిషేకముపుష్పార్చనము మొదలగువ్యాపారంబును, పాదములకు పూలకు బోవుట, ప్రదక్షిణము, మొదలగువ్యాపారంబును, కనులకు పుష్పశోధనము, గంధశోధనము, నివేద్యశోధనము మూర్తిదర్శనము మొదలగువ్యాపారంబును, చెవులకు ఘంటారవము, పూజామంత్రములు, పుణ్యచరిత్రములు, దివ్యస్తోత్రములు మొదలైనవి వినువ్యాపారంబును, నాలుకకు పూజామంత్రము లుచ్చరించుట, పుణ్యమంత్రములు జపించుట మొదలగువ్యాపారంబును, నాసికకు నిర్మాల్యపుష్పగంధము నాఘ్రాణించుట, ప్రాణాయామము మొదలగువ్యాపారంబును గలుగుగావున నింద్రియము లన్నియు భగవదర్థంబున వినియోగించును.

ఆశ్లీ గృహపరిజనులును, సూర్యోదయము మొదలుకొని పూజాస్థలమును చిమ్ముట, అలుకుట, రంగవల్లి నలంకరించుట, పూజాపాత్రముల గడుగుట, పూలు దెచ్చుట, గంధము దీయుట, నివేద్యమును సిద్ధము సేయుట, మొదలగుకృత్యములచే పరమేశ్వరునందు చిత్త ముంచినవా రగుదురు.

మఱియు పూజాకాలమున పూజకుఁడు పరిజనులతో

గూడనె ధూపగంధము నాఘ్రాణించును. దీపము నవలోకిం
చును. ఆజ్యగంధము వాసన జూచును. నీరాజనము కను
ల కద్దుకొనును. నిర్మాల్యమును ధరించును. తీర్థమును పా
నము చేయును. నివేదితమై భగవత్ప్రసాదలబ్ధమై,
పవిత్రమైయున్నయన్నమును భుజించును. కా
వున నిందు గొప్పభాగ్యపరంపర కలదు. ఆఫలములు విగ్ర
హారాధన యనుగ్రంథమున నధికముగా గనబరుపబడును.
అయినను ప్రకృతముగా గొన్ని యిందు పొందుపరచబడు
చున్నవి.

సత్త్వపూర్ణ మగుబింబముయొక్క దర్శనస్పర్శనములచే
శరీరగతము లగునాడుల కొకవిధమగు కదలిక గలుగును. దా
నంజేసి నాడీగలయం దగువాతాదిదోషములు శమించునుగాన
శరీరము లాఘవము నొందును. ఇట్లు శరీరము నిర్మల మ
గుటవలన కాయాగ్ని ప్రజ్వలించును. ధూపము నాఘ్రాణిం
చుటవలన శ్వాసప్రణాడులయందు దార్ఢ్యము గలుగును.
దీప దర్శన మువలనను, నీరాజనమును కనుల కద్దుకొనుటవల
నను నేత్రదోషములు నిర్మూలము లగును. ఇట్లు ప్రతిదినము
పరిజనముతో గూడ తమ్ము రక్షించుకొనుచున్నయార్యుల
గృహములయం దెన్నడేని విషూచికాదుల వార్తయైనను వి
నంబడెనా? సత్కర్మానుష్ఠానము క్షీణించినకతంబున నిప్పుడేగ
దా యట్టిజాడ్యము లార్యగృహంబులయం దడుగు బెట్టుచు

న్నవి. అట్లు నిర్మాల్యధారణంబును సంబంధముచే శరీరమున కు పుష్టి నొసంగును. ఇందు బిల్వము, తులసి, దూర్వ, తిలాక్షతలు, చందనము మొదలగునవి వినియోగింపఁబడును. వీనిగుణములు మహత్తరము లైనవి. బిల్వమునకు దర్శనస్పర్శనములచే బలసాధకత్వము, ప్రమేహము, సోమవాతము మొదలగుజాడ్యముల హరించుశక్తి; ఆయసశక్తివర్ధకత్వము, దీపనము, పాచనము మొదలగుగుణములు గలవు. అట్లు తులసికిని సకలశిశుసముజ్జీవనౌషధత్వము మొదలగుగుణములు చెప్పఁబడియున్నవి. చందనమునకును సన్నిపాతాంతమగుధాతువైషమ్యమును నివర్తింపఁ జేయుట మొదలగుగుణములు కలవు. ఇట్లు ప్రత్యేకము బహుగుణములు గలపదార్థములను నియతముగా నుపయోగించునెడ నధికారోగ్యము కలుగు నని యేమి చెప్పవలయు?

ఇదియునుంగాక తీర్థమును పానము చేయగా శరీరమందంతటను పవిత్ర మగుజలము ప్రవేశించుటవలన రక్తమును శోధించు ననుట సిద్ధసాధనము. నివేదనమునకై పర్యుషితపదార్థములు కూడ వనునియమమువలన బాలకులకైన నన్నదోషమువలన గలుగురోగములు పుట్టనేరవు. సూర్యోదయమును మొదలుకొని శరీరమును సంస్కరించుకొని వ్యాపారమునఁ బ్రవర్తింప నాకలి కలుగును. అట్టియాకలిని నియమములు లేకయ నివర్తింపఁజేయునెడ ననేకవిధము లగుదోషములు స్వం

భవించును. కాఁబట్టి భోజనమునకు ముందు స్నానాదికర్మములు విధింపఁబడెను. పూజయు విధింపఁబడెను. అనివేదిత మగునన్నమును భుజించుట కేవలము నిషిద్ధము. నివేదనాపేక్ష లేకుండినఁ బర్యుషితపదార్థములు నుపయోగింపఁబడును. అందుచే ననర్థములు కలుగును. నివేదనాపేక్ష యుండునెడ పర్యుషితపదార్థము లుపయోగింపఁబడవు.

మఱియు, పూజోపకరణపదార్థములు సంపాదించుట వలన గొప్పప్రయోజనంబును గలదు. ఇందు భగవదభిషేకమునకై క్షీరాదుల సంపాదించుటకొఱకు మలభక్షణాదులు సేయకుండునటులు దూర్వాదులచే గోవుల గాపాడుచుండుటయు నియతమై యున్నది. అట్టిగృహస్థుం డెందేనుండునేని వానియన్నమును భుజించుసకలజంతువులకు చిత్తశుద్ధి కలుగును. దానం జేసి వానికిని సద్వాసనయు, దానివలన ననంతరముత్తమజన్మంబును గలుగుచుండును. కావున పరోపకృతిపరాయణు లగునార్యులయొక్క పద్ధతి పొగడఁదగియున్నది. ఇట్టు లితరులకును తనకును ననంతసుఖము గలిగించునదియు, చిత్తమును పరమేశ్వరానందుంచునదియు నగుధర్మవిశేష మార్యులయంద గాక యొరులయం దెందేని కలదా? లేదు. కావున నీపరమేశ్వరారాధన మార్యులచే కనిపెట్టఁబడినకర్మములలో నెల్ల నిష్టసిద్ధికి కల్పలతం బోలినది. విగ్రహారాధన యనుగ్రంథమునందు దీనికిసహేతుకత్వము, సప్రమాణత్వము, స

ప్రయోజనత్వము అధికముగా నిరూపింపఁబడు గాన నిందు విరమింపఁబడుచున్నది.

ఇఁక పంచమహాయజ్ఞములు నిరూపింపఁబడును.

వైశ్వదేవము.

వైశ్వదేవము ప్రకృతము. శ్లో॥ ఖండినీ పేషిణీ చుల్లీ జలకుంభోథ మార్జనీ। పంచసూనా గృహస్థస్య॥ రోలు, తిరగలి, పొయ్యి, జలకుంభము, చీపురు ఈయైదిటిచేతను గృహస్థునకు ప్రతిదినము జీవహింస సంభవించుచున్నది. ఇది కూడనిదే అయినను విడువ శక్యముగాదు. ఏలన, ప్రాణులకు ప్రాణిహింసలేక మృత్తికాదులచే శరీరపోషణ జరుగనేరదు. ఈ కారణమున దయాశీలురకు ఉపవాసము ప్రాప్తింపగా తరుచుగ నోషధులకే భోజనమునందు వినియోగము నిర్బంధింపఁబడియె.

కావున వివేకియగుమనుజుఁడు భుజింపఁదగినపదార్థము ఓషధిరూపము, ఔషధరూపము, ఫలాదిరూపము అని మూఁడువిధములు. ఇందు ఓషధులకు ఫలపాకముతో నంత మొందుట స్వభావము. అట్లు ఫలింపగా వరిమొదలగునవి ఎండిపోవుచున్నవి. కావున నిందు హింస లేదు. ఇట్లు కందయు పూర్తి నొందగనె కాడలు మొదలగునవి యెండిపోవును గాన నిందును హింస లేదు. ఇట్లు ఫలములును, కందములును భోజనమునందు వినియోగింపఁబడుచున్నవి. ఇట్లు

ఆకులు, పండ్లు, గడ్డలు మొదలగువానిలో నంకురశక్తి లేనివి గాన భోజనమునకు ఆకులు శ్రేష్ఠములు. అందును వాని యంతనరాలినవాని గ్రహించుట యుత్తమము. అంతమాత్ర మున ప్రాణధారణము జరుగనియెడ ఆకుల దానుగోసికొనివ చ్చినవైన భుజింపవలయు. అందునను ఆకలి తీరకున్న పండి రాలినఫలముల గ్రహింపవలయును. అంతమాత్రముననుతనివి తీరకున్న కందమూలములను గ్రహింపవలయును. వానిచేత ను పుష్టి కలుగకున్న ధాన్యము మొదలగునౌషధము గ్రహిం పవలయు. మనజునకు గావలసినపుష్టి నీధాన్యమే సమగ్రము గా గలిగించును. ఇంకను శక్తి యధికముగా నపేక్షిత మగు నేని అహింసాసాధ్యము లగుపాలు పెరుగు నెయ్యి మొదలగు వాని నుపయోగించుకొనవలయు. ఇట్లు భుజింప వగుపదా ర్థము నెద్దానిసాధింప నూనినను భూమిని సమానముగాఁ జే యునపుడు ప్రాణిహింస అవశముగ ప్రాప్తించును. ఎట్లనిన,

నాగలి మొదలగువానిచే ననేకజంతువులు మృతి నొం దుచున్నవి. ఇట్లే అంకురశక్తి గలకందాదిపదార్థములు దం పఁబడుచున్నవి. పిండిగా విసరఁబడుచున్నవి. వండఁబడుచు న్నది. లవణసహిత మగుజలమున శోధింపఁబడుచున్నవి. ఇ ట్లు హింసాస్థానము లగునీయైదింటిచేతను పాపము ప్రాప్తించెను గాన నదిపోఁగొట్టుకొనుటకై వైశ్వదేవ మనుకర్మము ఆచరింప బడుచున్నది. వైశ్వదేవ మనగా, విశ్వేదేవత లనుపేరుగల

కొందఱు దేవతల నారాధించుకర్మవిశేషము.

ఇందు దేవయజ్ఞము పితృయజ్ఞము, భూతయజ్ఞము, మనుష్యయజ్ఞము, బ్రహ్మయజ్ఞము, అని యైదుయజ్ఞములు కలవు. బ్రహ్మయజ్ఞ మిదివఱకు నిరూపింపఁబడియె గావున నిపుడు తక్కునాలుగుయజ్ఞములు మాత్రము వివరింపఁబడును. వీనిలో దేవయజ్ఞ మగ్నియందును, పితృయజ్ఞము స్థండిలమందును భూతయజ్ఞ మింటివెలుపటను, మనుష్యయజ్ఞము హృదయమందును జేయఁబడును.

ఇట్లు దేవయజ్ఞము నగ్నియందు జేయుటచే అగ్నిసాధనమునఁ జేయఁబడినహింసవలనిపాపము నివర్తించును, పితరులకొఱకు స్థండిలమున జలాదికము నిచ్చుటచే భూమియందగు హింసవలనిదోషము తొలఁగును. భూతములకొఱకు బలి నొసఁగుటచే సకలవిధ మగుభూతహింసవలని దోషము శమించును. మనుజులకొఱ కన్న మిడుటచే భూతదయయు, పరోపకారంబును పరిగ్రహింపఁబడును.

వైశ్వదేవమున వినియోగించుమంత్రముల యభిప్రాయమేమనిన, కుక్కలు, కాకులు, చీమలు,పురుగులు, పశువులు, పక్షులు, బ్రాహ్మణాదులు, భృత్యులు మొదలుగా నన్నము గోరు ప్రాణుల కెల్ల నన్న మిడవలయు నని స్పష్టపడుచున్నది.

ఆర్యుల గార్హస్థ్య మెట్టిదో చూడుడు. గృహస్థుఁ డన్నమును సంపాదించికొనునెడ తనకడుపుమాత్రము నిండించికొ

నుటకు వీలులేదు. శ్లో॥ గృహస్థశ్చైవభాగ్భవేత్॥ బ్రాహ్మణులు మొదలుకొని చీమలవఱకు సకలప్రాణులను తృప్తిపరిచి మిగిలినయన్నమును భుజింపవలయు నని విధింపఁబడియున్నది. కావుననే శ్రు॥ యః కేవలాఘో భవతి కేవలాదీ॥ తానుమాత్రము భుజించువాఁడు కేవలము పాపమునే భుజించువాఁ డనియు, శ్లో॥ అఘం స కేవలం భుఙ్క్తే యః పచత్యాత్మకారణాత్॥ తాను భుజించుటకై వండికొనువాఁడు పాపమునే భుజించుననియు శ్రుతిస్మృత్యాదులు వచించుచున్నవి.

కావఁబట్టి యార్యులకు పరోపకార రూపమగునుత్తమధర్మము నిత్యకర్మముగా వర్తించుచున్నది. ఇటు లెందేని కలదా?

కావుననే, శ్లో॥ యతిశ్చ బ్రహ్మచారీచ పక్వాన్నప్రాశినావుభౌ॥ యతికి బ్రహ్మచారికి నియతముగా నన్నము పెట్టవలయు నని విధి కలదు. ఏలన, యోగాభ్యాసమునఁ బ్రవృత్తి గలయతియు, విద్యాభ్యాసమునఁ బ్రవర్తించుబ్రహ్మచారియు నన్నము వండికొనుటకుఁ బూనికేని వారలయోగాభ్యాసమునకు, విద్యాభ్యాసమునకును ప్రతిబంధక మేర్పడును. దానం జేసి దేశమునందు విద్యాయోగంబులు నశించుననియు, అయ్యవి యీదేశంబున పుష్కలముగా నుండవలయు ననియు నెంచి వారలకు సిద్ధాన్నము పెట్టవలయు నని విధింపఁబడియె. కావున, విద్యను కోరువాఁడుగాని, మోక్షము కోరువాఁడుగాని యాఁకలిగొన్న యెడల వారికి అన్నము పెట్టవలయునని నిశ్చయింపఁబడెను.

అట్లువారల కాతిథ్యమీయకున్నయెడ బ్రహ్మచారియు, యతియు కష్టించి, ఉంఛవృత్త్యాదులచే ధాన్యము తెచ్చికొని, దంచికొని, వండికొని భుజించునెడ వారలకు విద్యయు జ్ఞానంబు నునెట్లులభించు? అవి యీదేశంబున నెట్లు లోపింపకుండును? కావున, మనుజులకు వైశ్వదేవము ముఖ్యమైనది.

ఇట్లు, విద్యయందు, యోగమునందు నాసక్తు లగువారికిని గ్రుడ్డివారు మున్నగువారికిని, ఆకలి గొన్నవారికిని అన్నము పెట్టవలసినదే అయిన నంతమాత్రమున విరమింప వీలు కాదు. దేవభక్తి, పితృభక్తియు గలకృతజ్ఞశిఖామణులు దేవతలను, పితరులను తృప్తిపరతురు.

ఈకర్మమును బ్రాహ్మణుడుమాత్రమె కాక అన్నివర్ణములలో నిగృహస్థుండును నవశ్యముగాఁ జేయవలయు. అందు మంత్రములుమాత్రము భేదించుచుండును. దీనికి అన్నశుద్ధి, కాయశుద్ధి,అంతఃకరణశుద్ధియు ప్రయోజనములని శాస్త్రములయందు చెప్పంబడియున్నది.

అన్నశుద్ధి యెట్లనిన, అన్నము నగ్నియందుంచుటచేతను, కాకాదులకు వేయుటచేతను నిర్దోష మని పరీక్షింపఁబడుటవలన నేర్పడుచున్నది. కాకాదులకు వేసి పరీక్షించినయన్నము నేభుజింపవలయునని వైద్యశాస్త్రమున ననేకస్థలములయందుఁ జెప్పఁబడియున్నది. అట్లుపరీక్షింపకుండునెడ నన్నము కేశకీటాదిదోషరహితమని యెట్లు తెలియును? కావున నీకృత్యము

అన్నశుద్ధిని తెలిసికొనుటకై యేర్పడినది.

మఱియు, అన్నమును పక్వము చేయునపుడు పూర్వము తెలిసినదోషములు సంభవించుచున్నవిగదా? దేవతాస్మరణము కింటె దోషసామాన్యమునకు ప్రాయశ్చిత్తమింకొకటి లేదుగాన దేవయజ్ఞముచే నాదోషములు నివర్తించుటంజేసి యన్నశుద్ధి యెట్లును సిద్ధించును. ఇదియె అన్నశుద్ధి యగు.

ఇందు, అన్నహోమము విధింపంబడియె. అది సాధారణముగ హోయియందే చేయఁబడును. ఈహోమము చేయుటకు ముందు కట్టెలు శోధింపవలయు. పిదప హొయ్యితుడువవలయు. పిమ్మట అన్నము హోమము చేయవలయు. దీనికి మొదట నీరు వడియఁబోసి గ్రహింపవలయు. అని చెప్పుటచే నీయన్నమునందు దోషము ప్రసక్తింపదు. అగ్ని నింకొకయింటినుండి తీసికొని రాగూడదని యగ్నికార్యప్రస్తావమున జెప్పఁబడియె. అచట చిరకాలమునుండి కాపాడఁబడునగ్నియొక్క మహిమ నిరుపమాన మనియు నిరూపింపఁబడియెను. ఆయగ్నియెకదా యిచట పాకమునకు నుపయోగింపఁబడుచున్నది.

ఇదిగాక, పక్వము చేయఁబడినపదార్థములోని యేకాంశమును నగ్నియందు హోమము చేయఁగా మిగిలినపదార్థము పవిత్ర మనుట ఆర్యులదృష్టికి వింత గలిగింపదు. ఏలన, ఏకాంశము దుర్ధ్వనియుక్త మగుటంజేసి సకలాంశము దూషితంబగునటుల, ఏకాంశము సద్ధ్వనియుక్తం బగుటంజేసి సకలాంశము

పవిత్రితం బనుటయు సంప్రదాయసిద్ధమయ్యేయున్నది. ఈ మర్మముస్థూలదృష్టులు గ్రహింపనంతమాత్రన యుక్తియుక్తము కాదననగునా? ఇందొకదృష్టాంతము చూడుడు. అపరిశుద్ధస్థలమునసుమ్మి విడిచినందున కుత్తకయందు బాధ కలుగుటయు తిరుగనగ్నియందు మియునెడనాబాధశమించుటయుసర్వానుభవసిద్ధమై యున్నది. దీనింబట్టి యార్యులవ్యవహారము సయుక్తికము, సహేతుకము నని స్పష్టపడుచున్నదికదా? ఈవిధమున నన్నశుద్ధి కలుగుననుట నిస్సంశయ మైనది.

ఇట్లే పరోపకృతిచేతను, భృత్యపోషణాదులచేతను మనసునకు సంతోషము, పాపక్షయము కలుగుగాన నంతఃకరణము శుద్ధి నొందును. ఇంక శరీరశుద్ధి యెట్లనిన, పరమేశ్వరునకు నివేదింపఁబడినదియు, బ్రహ్మనిష్ఠులచే ననుగ్రహింపఁబడినదియు, వేదము జదువు బ్రహ్మచారులు గ్రహింపఁగా శేషించినదియు నిట్లు దేవతలుమొదలుకొని, మనుజులవఱకు నందఱు గ్రహింపగా మిగిలి పవిత్రమై యున్నయన్నమును భుజించునెడ శరీర మెట్లు పరిశుద్ధము కాకుండును? శ్రు॥ అన్నప్రకృతికం హి సోమ్య మనః॥ మనస్సు అన్నమే యుపాదానకారణముగా గలదీ యను శ్రుతి వచనమువలన అన్నశుద్ధిని బట్టియె మనంబును, శరీరంబును పవిత్రము లగుచున్నవని యేర్పడుచున్నది. శ్లో॥ అన్నానురూపా స్తనురూపబుద్ధయః॥ 'అనిపెద్దలు వచించిరి. ఇట్లు

అన్నము, శరీరము, మనస్సు అనువానిశుద్ధికై యీవైశ్వదేవ ముపయోగించుచున్న దనుట ప్రత్యక్షసిద్ధమే కదా?

కావున అన్నము భుజింపక పాలు, నీరు, ఫలము మొదలగువాని భుజించువాఁడైనను వానితోన వైశ్వదేవము చేయవలయు. ఎవండును కొనకు జలమునైనఁ బుచ్చుకొనకుండఁడుగదా? ఇది సాధారణముగా అన్నసంస్కారమునకై విధింపఁబడియెగాన, ఏకపాకమున నొక్కఁడు వైశ్వదేవము చేయునెడ నితరులు చేయం బని లేదు.

ఆకారణముననే శిష్టులు గృహవృద్ధులచేత నీకర్మము చేయించుచున్నారు. పాకము వేరగునెడ వేరుగాఁ జేయవలసినదే" ఇంకఁ గొన్నిధాన్యములకు నిషేధము కలదు. సర్వము శరీరశుద్ధికే సఫలమగు చున్నది.

భక్షణఫలము.

ఇఁక భక్షణఫలము నిరూపించుట ప్రకృతము. భక్షణమున కాకలితీరుట ప్రయోజన మని యందఱకుఁ దెలియును గాన నావిషయమై విమర్శింపం బనిలేదు. అయినను భక్షణమున నైహికము మాత్రమె కాక యాముష్మికం బగుఫలంబును గలదు. పవిత్రాన్నభోజనము సత్త్వశుద్ధిగలిగించి, దానిద్వారా జ్ఞానమునకు సాధన మగుచుండుటంబట్టి యాముష్మికఫలము లభించుచున్నది, ఇయ్యది భక్ష్యాభక్ష్యవివేకము లేని భోజనముచే లభింపదు. గావున భక్ష్యాభక్ష్యనిర్ణయము అవ

సరముగా ప్రసక్తించినది. ఇందు గొందఱు మాంసభోజను
లు విరోధింతురు. వారియభిప్రాయ మేమనిన,
శ్లో॥ మాంసం మాంసేనవర్ధతే। అను పౌష్టిక శాస్త్రమువలనను ప్రా
చీనశిష్టులు మాంసమును భుజించియున్నట్లు గ్రంథదృష్ట మగు
టవలనను,అది రాగప్రాప్త మైనది కావునను దానియందు ఫలా
ధిక్యము కలదుగానను మాంసభోజనము న్యాయ్యమేయని వా
రియాశయము. ఇందు జూడుడు.

లోకమునఁ గొన్ని మాంసముదినునవి మఱికొన్ని యా
కులు దినునవి. ఇట్లు మృగములు రెండువిధములుగా నున్నవి.
వానిదంతములయందును, చొంగయందును, గుణములయందును
భేదము స్పష్టముగా గనఁబడుచున్నది. ఎట్లన, మాంసము ది
నుమృగములయొక్క దంతములు గుండ్రనై, సన్నని కొనలు గలి
గి, ఎడమెడముగను, వంకరగను, కోరలుగాను నుండుచున్నవి.
ఆకులు మెసఁ దలగువాని దినుమృగములయొక్క దంతములు వె
డ్డలు పైనకొనలు గలిగియెడము లేక యున్నవి. అట్లు మాంసము
దినుమృగములయొక్క గుణంబులును కోపముక్రౌర్యము మొ
దలుగా సహజసిద్ధములుగా గానంబడుచున్నవి. దానం జేసి య
వి యన్నియు భయజనకము లగుచున్నవి. ఇఁక నాకులు,
తృణములు దినుమృగము లైననో శాంతస్వభావము గలవి యగు
టం జేసి భయంకరములు గావు. ఇట్లు మాంసము దిను
మృగములయందు తీక్ష్ణము లైననఖాగ్రములు గలిగియుండుట,

క్రూరచిత్తత మొదలగుదోషము లధికముగాఁ గనఁబడుచున్నవి.

ఇటు లుండఁగా, వివేకులును, భూతదయాపరులును ని ట్టిమాంసభోజనమునఁ బ్రవేశింతు రనుట యసంభావనీయము. వీలగునెడ వెనుకఁ జెప్పినవిధమున నాకులు మొదలగువానిచే జీవించుటయే న్యాయ్యము. ఔషధము భక్షింపఁగా గలుగు శారీరపుష్టి మాంసముచేనైనఁ గలుగనేరదు.

ఇది యథార్థమైననునీవిషయమై మాంసభోజను లే మందు రనిన, భరతఖండవాసులైనపూర్వపురుషులు మాంస ము భుజించియుండిరి. ఇప్పటికి నీయాచారము గౌడులయం దు గలదు. జైనసిద్ధాంతపరిచయమువలననే ఆర్యులుమాంసా హారము మానిరని వారుగట్టిగా వాదించుచున్నారు. పూర్వ మీమాంసభోజన మున్నను అప్పుడీయాహారమును న్నుత్తమ ముగా లెక్కించినట్లు కనఁబడదు. ఏలన,

శ్లో॥ నాకృత్వా ప్రాణినాం హింసాం మాంస ముత్ప ద్యతే క్వచిత్॥ ప్రాణివధ చేయకున్న మాంసము దొరక నేర దని యారంభించి మనువు మాంసాహారమును రాక్షసాహార ములోననె చేర్చియున్నాఁడు. ఇప్పటిబుద్ధిమంతులలోఁ గొం దఱు ప్రాణిహింస మేము చేయుట లేదు? ఒరులు సిద్ధము చేసినదానిని మేము గ్రహించుచున్నాము. మేము గ్రహింప కున్నను మాంసవిక్రయులు మాంసము సిద్ధము చేయకుందు రా? ఇట్టియెడ మాకు దోష మేమి యని పలుకుచుందురు.

వారికి సమాధానమేమన్నిన, ఎవ్వరును గ్రహింపకున్నయెడ న మ్ముకొనువాఁ డేల మాంసమును సిద్ధపరచును? గ్రహించువా రు లేనియెడ నమ్ముటయే సంభవింపదు. కావున ప్రాణివధకు దానిని గ్రహించువారే మూలమనునాశయముతో ప్రాణివధ చేయకున్న మాంసము లభింపనేరదని మనువిట్లు వచించి యున్నాఁడు.

భగవద్గీతలయందును, శ్లో॥ రస్యాస్స్నిగ్ధా స్థిరా హృద్యా ఆహారా స్సాత్వికప్రియాః॥ అనిమొదలుగాఁ జెప్పఁబడు సాత్త్వికాహారములలో మాంసము లెక్కింపఁబడియుండలేదు. కావుననే బోధాయనుఁడును శిలోంఛములచే జీవించువానికి స్వర్గప్రాప్తి వచించి ధర్మములలో శ్లో॥ అహింసా సత్య మస్తేయం॥ అహింస, సత్యము మొదలగునవి శ్రేష్ఠములని నిరూపించియుండెను.

ఇఁక, మధుపర్కాదులయందుఁ గొన్నియెడల మాంసము గ్రహించినట్లు కనఁబడుచున్నది. ఐనను గృహ్యాకారులం దఱు కూడదనియే వచించియుండుటచే నప్పుడును మాంసపరిగ్రహము ముఖ్యము గాదనియె స్పష్టమగుచున్నది. ఆకారణమువలననే। శ్లో॥ గృహేపి నివసన్ యోషా ముని ర్మాంస వివర్జనః॥ గృహమందుండియు మాంసము విడిచినవాఁడు ముని యని చెప్పంబడియె.

పూర్వకాలమున నప్పటివారికి మాంసపరిగ్రహ మున్న

ను దేవార్థము, పితృర్థము, అతిథ్యర్థము అని నియమ ముండె ను. లోకమునను హింస మూడువిధములు. అందొకటి క్రౌర్యమూలము. ఇంకొక్కటి దేవప్రీతిమూలము. మూడవది ఆహారకల్పనార్థము. ఇందు మొదటిది లోకవృద్ధి గోరురాజులు చేయుచున్నమృగవధ రూప మైనది. రెండవది ఆయామతస్థులు దేవతాప్రీతిని గోరి చేయవలసినట్లు కొన్నిప్రమాణములచే బోధింపఁబడి మతాచార్యులచే వ్యవస్థ చేయఁబడియున్నది ఇంకొక్కటి మృగములు మొదలుకొని మనుజులవఱకు నిష్కారణముగను, నిర్దయముగను, అశాస్త్రీయముగను, అవ్యవస్థితముగను చేయునది. భారతీయులీమూడవదానియందు విరుద్ధాభిప్రాయము గలిగి యున్నారు. వీనిలో మొదటిదాని కైహికఫలము గలదు. రెండవదాని కాముష్మికఫలంబును గలదుగాని మూడవదానికి నుభయలోకభ్రంశముకంటె వేఱు ఫలము కనఁబడదు.

ప్రాణధారణమాత్రము నుద్దేశించి చేయునావశ్యకభోజనమునే పరమేశ్వరార్పణబుద్ధిచేఁ జేయునార్యులకు పశుపక్ష్యాదులయం దకారణవైర మెట్లు సంభవించును? మఱియు, దేశదుష్టము, కాలదుష్టము, భావదుష్టము నగుపదార్థజాతమును నిషేధించి సూ॥ వాచా ప్రశస్త ముపభుంజీత॥ అని వాగ్దుష్టమునుగూడ నిషేధించినయార్యులు ఉత్పత్తిదుష్ట మగు మాంసము నెట్టు లంగీకరింతురు? ఆహారమునకు నాకలితీరుట

మాత్రమె ప్రయోజనము కానేరదు. ప్రాణాగ్నిహోత్రవిద్యచేత దీనికి మోక్షరూపప్రయోజనంబును గలదని స్పష్టముగా నిరూపింపఁబడియున్నది.

ఈవిద్య ప్రాణాగ్నిహోత్రోపనిషత్తు నందును, తైత్తిరీయమున మహోపనిషత్తునందును నంతర్యాగవిధానప్రస్తావమున ప్రఖ్యాపనఁజేయఁబడియె. ఈయంతర్యాగమును ప్రాణాగ్నిహోత్రోపనిషత్తు వివరించినది. ఇందు, భుక్తిద్వారా ముక్తిమార్గమును బోధించునవియై హవిస్సు గ్రహించుటయందుపయోగించు కొన్ని శ్రౌతవచనములు గలవు. విప్రు లందఱు ననుష్ఠించు ప్రోక్షణము, పరిషేచనము, ప్రాణాహుతులు ననువానిమంత్రముల యర్థమును విమర్శించునెడ నివి యన్నియు ప్రాణాగ్నిహోత్రవిద్యను బాగుగ బోధించుచున్నవి. ఈవిద్య ఆత్మయాగము చేయువారల యవిద్యను ధ్వంసముచేసి బ్రహ్మపరోక్షసాక్షాత్కారమును గలిగించునని విఖనసమహర్షి వచించెను. బ్రహ్మమీమాంసాభాష్యకర్త లందఱు నీవిద్య నుపనిషద్వచనములచే నిరూపించియుండిరి. మఱియు నీవిద్య యంతర్యాగ మనియు, ఆత్మయజన మనియు నచ్చటచ్చట వ్యవహరింపఁబడుచున్నది.

దీనియందు శరీరములోనిజాఠరాగ్ని సాయంకాలమునను ప్రాతఃకాలమునను నుపచరింపఁబడును. దీనిని కొందఱు వైశ్వానరవిద్య అని చెప్పుదురు. ఆకారణముననె భగవద్గీతల

యందు, శ్లో॥ అహం వైశ్వానరో భూత్వా ప్రాణినాం దేహమాశ్రితః। ప్రాణాపానసమాయుక్తః పచామ్యన్నం చతుర్విధం॥ అనుచోట వైశ్వానరుఁడన బ్రహ్మమేయని నిరూపింపఁబడియె. ఎవ్వాండీవిద్య ననుసంధానము జేసికొని భుజించునో వాఁడు ముక్తి నొందుననని పండితులయభిప్రాయము. ధర్మశాస్త్రకారులును దీనిప్రయోగమును సాంగముగా నిరూపించిరి. భుజింపఁబడినయన్నమును శరీరములోని యైదగ్నులును పాకము చేయుచున్నవి. అయ్యవి బాహ్యాగ్నులవలె తేజోరూపములు కావు. అయినను పచనముచేయు స్వభావముగలవి గాన నగ్నులని వ్యవహరింపఁబడుచున్నవి. ఇచ్చట నన్నముమాత్రముయొక్క పాకమె గాక రక్తమాంసాదులయొక్క పాకంబును గ్రహింపఁబడును. కావున నైదుస్థానములయందుఁ పాకముచేయు పదార్థము లగ్నులుగా వ్యవహరింపఁబడుచున్నవి.

వేదమునందు గార్హపత్యము, ఆహావనీయము, దక్షిణాగ్ని, సభ్యము, ఆవసథ్యము ననియైదగ్నులు చెప్పఁబడియున్నవి. శరీరమునం దైననోజాఠరము, ఆస్యము, హార్దము, భ్రూమధ్యము, కాపాలము నని యైదుపాకస్థానములు గలవు. ఇందు మొదటిది భుజింపఁబడినపదార్థమును పక్వముచేయుపిత్తరూపముగుమూలాగ్ని. ఇది నాభియందుండును. దీనియందు పాచకశక్తి స్పష్టముగాఁ గనఁబడుచున్నది. రెండవది ఆస్యాలాలా (నోరిచొంగ) రూప మైనది. ఇది చేరకున్నను నాహార

ము జీర్ణముకాదని పాశ్చాత్యులు నంగీకరించుచున్నారుగాన నిందును పాచకశక్తి కల దనుట యథార్థము. మూడవది హృదయమునందు రక్తమును శోధించుస్వభావము గలశుక్రసారరూప మైనది. నాల్గవది భ్రూమధ్యమున తటస్థమై యున్నది. ఇది క్రియయందన్వయింపదు. యోగులకు సమాధియందు గోచరించు బ్రహ్మమునకు ప్రతినిధి యైనజ్యోతిర్లింగ మనుపేరు గలది, ఏనవది కపాలముననుండి యోగులకు నిర్వికల్పసమాధియందు గోచరించునదియై, ప్రకాశరూపమై మెదడుయొక్క నైర్మల్యరూప మగుచున్నది. ఇదియె సర్వప్రకాశకమగుజ్ఞానాగ్ని యగు.

ఇట్లే బహిర్యాగమునందు గార్హపత్యము మూల మగు. తక్కనాల్గును దీనివలననె కలిగింపఁబడినవి. వీనిలో రెండు క్రియయందు వినియోగింపవు. ఒకటి అన్వాహార్యమును మాత్రము పాకముచేయును. మిగిలినది సర్వహోమములకు నాధార మైనది. ఈవిధముననే శారీరాగ్నులయందును జాఠరము సర్వాధార మైనది. దానినుండియె సర్వము కలుగును. వీనిలో భ్రూమధ్యగము, కాపాలంబును పచనక్రియ చేయునవి కావు. హార్దం బొక్కటి రక్తమునుమాత్రము శోధించును. ఇఁక నాస్యమనునది సర్వపదార్థములను జీర్ణము సేయ నాధార మైనది.

ఈవైదిటిరూప మెటులన, గార్హపత్యము వర్తులాకా

రంబును, దక్షిణాగ్ని అర్ధచంద్రాకృతియు,ఆహవనీయము చతురశ్రరూపంబును, సభ్యము త్రికోణరూపంబును, ఆవసథ్యము పద్మాకారంబును నగుచున్నవి. ఇట్లే నాభియందు వృత్తంబును, హృదయమునం దర్ధచంద్రాకృతియు, ఆస్యంబున చతురశ్రంబును, భ్రూమధ్యమున త్రికోణాకారంబును, కపాలాంతరమున పద్మాకృతియుఁ గలిగియున్నవి.

మఱియు, మొదటిది పిత్తరూపము పృథివియు, రెండవది లాలారూపము జలంబును, మూడవది శుక్రసారము తేజంబును, నాల్గవది ప్రాణమూలముగాన వాయుతత్త్వంబును, ఏనవది కపాలాంతరము ఆకాశతత్త్వంబునగు.

శారీరాగ్నిలో హోమము చేయనగుహవిస్సునందు మొదట పరిషేకము ప్రోక్షణాదికంబును చేయఁబడుచున్నవి. ఇందు మహావ్యాహృతులతోఁడ గాయత్రి వినియోగింపఁబడుచున్నది. దీనింబట్టి యీయర్థము లభించుచున్నది. ఏమనిన, సమస్తమును ప్రేరణచేయు శక్తిగలపరమేశ్వరుఁడు మా చిత్తమును సన్మార్గమున ప్రవేశపెట్టుగాక యని సకలమునకు ప్రేరకుఁ డైనసూర్యాన్తర్యామి యగుపరమేశ్వరునను జ్ఞ కోరఁబడుచున్నది. అనంతరము శ్రు॥ సత్యంత్వర్తేన॥ అనుమంత్రముచే పరిషేచనము చేయఁబడును. దీనియాశయ మేమనిన, పాత్రమున నున్నదియు, అగ్నిచేపక్వమైనదియు, నగుహవిస్సును అగ్నిరూపముగా భావించి దానికి సూర్యకిరణములవలన

రక్ష చేయఁబడుచున్నది. ఇట్లు రాత్రియందు రక్షక మగు సూర్యకిరణము లేదు గాన‌ను, సూర్యకిరణపక్వం బగునోషధి మొదలగునవియే భుజింపఁబడుచుండుగావునను, సూర్యకిరణపక్వమునందు సూర్యతాదాత్మ్యము నారోపించి వహ్నిచే రక్ష విధింపఁబడియె. ఇఁక నిపుడు బహిర్యాగముతో సామ్యము నిరూపింపఁబడును.

హోమమున మొదట నుపస్తరణము (పాత్రాభిఘారము) కలదు. కావున నది యిచటను కలదు. హోమమున నన్వారంభము కలదుగాన నది యిచ్చటను పాత్రయం దాచరింపఁబడుచున్నది. ఇట్లు ప్రాణాగ్నిహోత్రవిద్యను మనసున నిడికొని ప్రాణులహృదయమం దంతటను భుక్తపదార్థమును పరిణామింపఁజేయు పరమేశ్వరశక్తివిశేషమునే పంచప్రాణరూపముగా భావించి దాని నుద్దేశించి యతిస్థూలముగాని ఘృతప్లుత మగునవదానము మొదట హోమముచేయఁబడుచున్నది. అనంతరము సర్వప్రేరక మగుబ్రహ్మమును గూర్చి హోమము చేయఁబడు. బ్రహ్మమునందు తనయాత్మ యమృతత్వమును (మోక్షము)నందుటకొఱకు హోమము చేయఁబడుచున్నది.

దీనిప్రయోజనము, కొనకు వివరింపఁబడును. ఇచట యజ్ఞసిద్ధాంతముచే నీయర్థము లభించుచున్నది. మేము భక్షింపవలయునని జిహ్వాచాపల్యమువలనఁగాని, క్రౌర్యమువలనఁగాని ఓషధులయందు దంతాదుల వినియోగించుట లేదు. ఇఁక

ప్రాణధారణమునకై గత్యంతరములేక వీనియందు దంతాదులను వినియోగించుచున్నారము. అట్లైనని, వివేకి వగునీవు ప్రాణములమాత్ర మేల ధరింపవలయు నని ప్రశ్నింతురా? బ్రహ్మమును గ్రహించుటకును, ఒరుల కుపదేశించుటద్వారా ప్రజల నుద్ధరించుటకొఱకును అనుసమాధాన మాఅవయూహుతిచే చేయఁబడుచున్నది.

ప్ర॥ ఒరుల కుపదేశించుటచే గాని, నీవు వేదముల చదువుటచేగాని, ఇచటఁగాని, స్వర్గమునఁగాని నీకేమి లాభము గలదని యడుగుదురేని

ఉ॥ బ్రహ్మణేఅనుమంత్రము సిద్ధాంతభూతమై కొనకు జేర్పఁబడియెను. ఆర్యులప్రతిదినపుభోజనము శరీరపుష్టికొఱకు గానేరదు. ఇఁక నే మనిన, నిచట నుండువఱకు వేదము లఁ జదివి యొరుల కుపదేశించుటకును, పదంపడి తాను మోక్షము నొందుటకును నుపయోగించుచు సర్వంబును బ్రహ్మార్పణమే యగుగాని, మదాదులను గలిగింప నుపయోగించునది కాదని స్పష్ట మగుచున్నది. దీనింబట్టి యార్యులభోజనము ఆర్యుల కుపకారము చేయను, బ్రహ్మప్రాప్తి నొందను నుపయోగించెడిని. ఇట్టు లార్యధర్మములు కొన్ని కేవల మైహికఫలములుగా నెన్నఁగనఁబడి విచారింప నధిక మగునాముష్మికఫలము గలవియు. మఱికొన్ని కేవల మాముష్మికఫలము గలవిగాఁ గన్పడి విమర్శింప నారోగ్యరూప మగు నైహికఫలము గల

వియు నగుట కరమాశ్చర్యకరము.

ప్రాణాగ్ని హోత్రవిద్య.

ఉపనిషత్తునందు ప్రాణాగ్ని హోత్రవిద్య యిట్లు నిరూపింపఁబడియున్నది. ఆత్మ యజమానుఁడు, శ్రద్ధ భార్య, శరీరము యాగశాల, ఉరస్సు, వేది. (తూర్పుతలగా వెలికిల పండుకొనియున్న పురుషుఁడు యాగశాలగా నిర్దేశింపఁబడియెను. ఇట్లు పండుకొనియున్న పురుషుని గాంచునెడ బాహ్యయజ్ఞము యొక్క సన్నివేశము తలంపఁబడును.) లోమ్మునందలిరోమములు దర్భలు, శిఖ వేదము, (దర్భముష్టి) హృదయము యూపము, కోపము పశువు, కామము ఆజ్యము, తపము అగ్ని, దమము శమయిత(పశువును జంపువాఁడు,(దమ మన నంతరింద్రియనిగ్రహము,)వాక్కు హోత,ప్రాణము ఉద్గాత, కన్ను అధ్వర్యుఁడు,మనస్సు బ్రహ్మ,శ్రోత్రము అగ్నీత్॥(అధ్వర్యునకువినిపించువాఁడు)శరీరము ఇధ్మము, దీక్ష అవధరణము, అశనము హావిస్సు, జలపానమె సోమపానము, క్రీడ ఉపసత్, సంచారము ఉపవేశము, ఉత్థానము ప్రవర్గ్యము, ముఖము ఆహవనీయము, హృదయము దక్షిణాగ్ని, నాభి గార్హపత్యము, భ్రూమధ్యము సభ్యము, కాపాలము ఆవసథ్యము, సంభాషణము ఆహుతిమంత్రములు; అని యారంభించి కొనకు మరణమే అవబృథమని నిరూపింపఁబడియెను.

దీనిరహస్య మేమనిన, ఆత్మ ఫల మనుభవించువాఁడు

గాన యజమానుఁడు. ఆస్తిక్యము లేకున్న కర్మమునందుఁ బ్రవృత్తి కలుగదు గావున శ్రద్ధయె పత్ని యని చెప్పఁబడియె. ఆత్మకు శరీరమే యాగశాల యగు. (వేది యనఁగా, యాగశాలలోపల విహరించుటకు నుపయోగించునదియు, అగ్నితోఁ గూడినదియు నగుభూభాగము.) ఉరమే వేది యని చెప్పఁబడియె. ఇది న్యాయమే లోకమున వేదులయందు తూర్పున చతురశ్రకుండమున నాహవనీయాగ్ని యుండును. దానికి తూర్పున త్రికోణకుండమున సభ్యాగ్ని యుండును. దానికి తూర్పున పద్మకుండమున ఆవసథ్య ముండును. వేదికి పశ్చిమ భాగమున వృత్తకుండమున గార్హపత్య ముండును. దాని కాగ్నేయమున అర్ధచంద్రకుండమున దక్షిణాగ్ని యుండును. నాభి గార్హపత్యరూప మనియు, హృదయము దక్షిణాగ్నిరూప మనియు, ముఖము ఆహవనీయ మనియు, భ్రూమధ్యము సభ్య మనియు, కాపాలము ఆవసథ్యమనియు, లోగడ నిరూపింపఁబడియెగదా.

మనుజుఁడు తూర్పుతలగా వెలికిల పండుకొని యుండు నేని అన్నిటికి కపాలము తూర్పున నుండును. అనంతరము భ్రూమధ్యంబును, దాని వెనుక ముఖంబును, దానికి పశ్చిమభాగమున గార్హపత్యరూప మగునాభియు, దాని కాగ్నేయమున దక్షిణాగ్నిరూప మగుహృదయంబును నడుమ మహావేదియు ఇట్లు శరీరము యాగశాలను బోలియున్నది. వేదినడుమ ద

ర్భ లుండుగావున ఉరమున నుండురోమములె దర్భ లగు. అ న్నిటికి తూర్పుదెసను దర్భముష్టి యుంచఁబడి అదియె వేద మని వ్యవహరింపఁబడుచుండు. అది యిచట శిఖయె యగు.

హృదయపదము మనస్థానమును చెప్పును. శ్లో॥ మ నోపి భ్రూమధ్యే। అను నభియుక్తోక్తిని బట్టి భ్రూమధ్య మనుస్థా నము లక్షణచే జెప్పంబడు. ఇది ఆహవనీయస్థానమున ను న్ననోరికంటె తూర్పున నున్నది. ఇదియె యూపస్థానము.

ఆజ్యము శరీరము నకు మదమును గలిగించుచువీర్యరూ ప మైనదిగావున అంతర్యాగమునందు కామమె ఆజ్య మగుచున్నది లోకమున నాజ్యము నగ్నియందు హోమము చేయగా నది తిరిగి లేచి రానేరదు. అట్లే తిరిగి లేచిరాకుండునట్లు తప మను నగ్నియందు కామము హోమము చేయఁబడును.

ఈయాగమునందు కోపమే పశువు. బాహ్యయాగ మున భీకరము లగుకొమ్ములు గలపశువు సంహరింపఁబడునట్లు లిచట కోపంబును సంహరింపఁబడును. ఈకామక్రోధములను మారణము చేయుటకు నింకొకయగ్ని యుపయోగింపదు గాన నిచట తపమె యగ్నిగా గ్రహింపంబడియె.

మన్యురూప మగుపశువును నిగ్రహించుటకు అంతరిం ద్రియనిగ్రహ మను దమమె శమయితగా నిందు గ్రహింపంబడి యెను. హోత పెద్దగాఁ బలుకువాఁడుగాన నట్టి వాక్కేయిచ్చట హోతగా గ్రహింపఁబడియె.

ఉద్గాత మంద్రస్వరముతో మంత్రము నుచ్చరించుచు గార్హాప త్యసమీపమున నుండి బహిష్పవమానాదులయందు ఆహవనీ యమును దాటియు,బోవుచుండుగాననట్టి సంచరణధర్మముగల ప్రాణమె ఉద్గాతగాఁ జెప్పఁబడియె. అధ్వర్యుఁడు సర్వమును జూచుచుఋత్విజుల నాయాకృత్యములయందు ప్రేరించునట్లు నే త్రము సర్వము జూచుచు తక్కినింద్రియములను వానివానికృ త్యములకై పనుపుచుండును. కావున నిచట కన్నే అధ్వర్యుఁడుగాఁ జెప్పంబడియె.

అగ్నిత్ అధ్వర్యునకు వినిపించువాఁడుగాన నట్టిశ్రోత్రమె అగ్నిత్ అగును. బ్రహ్మయొక్కయనుజ్ఞలేనిది ఋత్విజులు తమ కృత్యములయందుఁ బ్రవేశింపనట్లు మనస్సుయొక్క యనుజ్ఞలేనిది ఇంద్రియములు తమతమపనులయందు ప్రవేశింప వు కావున నిచట మనస్సేబ్రహ్మయని గ్రహింపంబడియె.

ఇధ్మము అగ్నియందు భస్మ మగునదిగానను శరీరంబు నట్టిదియెగానను శరీరమె యిధ్మమని గ్రహింపంబడియె. ఇం దు మొదట శరీరము యాగశాల యని చెప్పఁబడియెను. ఇ ప్పుడాశరీరమె ఇధ్మమని వచింపంబడియె. అది యెట్లు పొ సఁగు ననిన మొదటిది స్థూలశరీర మనియు, రెండవది సూక్ష్మ శరీర మనియు గ్రహింపవలయు. సూక్ష్మ శరీరము భస్మము కానేరదుగాన ఇధ్మస్థానమున గ్రహించు టె ట్లని సంశయింతు రేని భస్మ మగుటయన నాత్మయందు లయ

మొదలుగు యని గ్రహించునది.

దీక్షయనఁగా నియమవిశేషము. అవధరణ మనినను వ్రతవిశేషమే. అదియె యిది యగును. ఆహవనీయమునందు హోమముచేయఁదగుహవిస్సు ఏదన, శ్రు॥ యదశ్నాతి తద్ధవిః॥ భుజింపఁబడునదియె హవిస్సు అగును. యాగమునందు సోమపానము ముఖ్యముగాన ఆస్థానమున జలపానము గ్రహింపఁబడియెను. ఈవిధముగా నూహించుకొనవలయు. దీనియభిప్రాయ మేమనిన,

ఆర్యజనుఁ డాహారమునఁ బ్రవర్తించినప్పుడును తనశరీరమును యాగశాలగా భావించి భోజనకాలమందు ననన్యమనస్కుఁడై సర్వము నీశ్వరారాధనరూపముఁగా భావింపవలయు. ఈశ్వరభావము లేక క్షణమాత్రమైన నుండఁదగదు. అనునాశయము వ్యక్త మగుచున్నది.

సమస్త ప్రాణులకును భోజనము రాగమువలననే యావశ్యముగ ప్రాప్త మగుచున్నది. ఇందు నియమము లేనియెడ సర్వము చెడును. ఎలన, శ్లో॥ ద్వావేవ పాపసంప్రాప్త్యై పద్ధతీ దేవనిర్మితే। ఆస్య మేక మథోపస్థం నాన్యద స్తీహ శోధనే॥ జిహ్వాచాంచల్యము, ఉపస్థాచాంచల్యము రెండే పాపమూలము లగుచున్నవి. కావున నీజిహ్వోపస్థలను నిగ్రహించుటయందు ప్రయత్న మావశ్యకము. ఇందు బాల్యమునుండి జాగరూకత గలిగియుండుట ఆర్యులపనిగాన వీరల కిందు నియమాతిశయము

విధింపఁబడియెను. ఆర్యులవ్యవహారమున నియమములేనికృత్యమే లేదు. కావుననె, ఉపనయనమైనది మొదలుకొని వాజ్ఞ్యమనము, అభక్ష్యప్రతిషేధనియమము, భక్షణనియమము కాలనియమము, పరమేశ్వరధ్యాననియమము మొదలుగాఁ గలిగియున్నవి. ఇవి యన్నియు నిరూపించినవిధమున నిహపరసుఖసాధనమునకై యుపయోగించెడిని.

ఇందుఁ గొంద ఱిద్దానిస్వరూపము నెఱుంగక జలముచే పరిషేచనముచేయుట విస్తరిమీఁదికి చీమలు రాకుండుట కనియు, ఆపోశనము గ్రహించుట గళవికాసమున కనియు, ప్రాణాహుతులు వేసికొనుట కుత్సుకక్రమముగా నిచ్చుట కనియు ఫలములను గల్పించుచున్నారు. ఇది హాస్యాస్పదము.

ఇం దగురహస్య మేమనిన, ప్రతిదినంబును బ్రాహ్మణుఁడు నగ్నిహోత్రమును జేయ శక్తిచాలనివాఁడును జఠరాగ్నియం దిట్లు హోమము చేయునేని వాఁడు నిత్యాగ్నిహోత్రియె యగునని భావము.

ఈశ్వరునిచే నొసఁగఁబడినదియు, ఈశ్వరున కర్పింపఁబడినదియు, ఈశ్వరాజ్ఞచే భుజింపఁబడునదియు నగునన్నము ఈశ్వరజ్ఞానము కలుగుటకును, ఈశ్వరచరణసరసిజసాన్నిధ్యము లభించుటకును, ఈశ్వరభజనసంప్రదాయము లోపింపకుండుటకును భుజింపఁబడుచున్నది.

కావుననే, మత్తు గలిగించునవియు, పర్యుషితములు న

గుపదార్థముల విడిచిపెట్టి అహింసామాత్రమున లభించినవియు అప్పుడే పక్వమైనవియు, మంత్రజలముచే ప్రోక్షణము, పరిషేచనము చేయఁబడినవియు నగుపదార్థములు భుజింపఁబడుచున్నవి.

ఇట్టి శుచిపదార్థ భోజనమువలన మదభంగము, వినయోత్పత్తి, బ్రహ్మవిద్యయందు శ్రద్ధ, ఆస్తిక్యము అహింసాపరత్వము, పరోపకారబుద్ధి, సత్త్వశుద్ధి, జ్ఞానసిద్ధి యనునవి ప్రత్యక్షప్రయోజనములు గలుగుచున్నవి. ఇట్టిప్రాణాగ్నిహోత్రవిద్య నెఱుంగక తఱచుగ బ్రాహ్మణులిద్దాని తంత్రమాత్రముగా నాచరించుచున్నారు. ఈవిద్యావిశేషమునందు చిత్తమునుంచి భుజించువారు నిస్సంశయముగ మహాత్ములును, పరమేశ్వరునకు ప్రియులును నగుదురు.

ఏలన, మొదట వైశ్వదేవముచేత నహింసావ్రతంబును, పరోపకారపరత్వంబును పరిగ్రహింపఁబడియె. జలప్రోక్షణముచే ఆరోగ్యసంపత్తి గ్రహింపఁబడియె.

అది యెట్లనిన, అప్పుడుడికినపదార్థముల యావిరి ముఖమునకు సోకఁగూడదనియు, అట్లు సోకెనా తప్పక ముఖరోగములు సంభవించు ననియు వైద్యశాస్త్రమునఁ దెలుపంబడియె. అప్పుడుడికినపదార్థములయావిరిదోషము జలప్రోక్షణముచే నడఁగునుగాన నారోగ్యము గలుగు ననుట నిస్సంశయము.

భోజనకాలమునందుఁ గొన్నినియమములు గలవు. మొ

దట దిక్కు నియమింపఁబడెను. అంతట పానీయపాత్రము, భోజనపాత్రము, భోజనసంప్రదాయము నియమింపంబడియె. క్రమముగా వీని ప్రయోజనంబులు నిరూపింపఁబడును.

శ్లో॥ యోవేష్టితశిరా భుఙ్క్తే యోభుఙ్క్తే దక్షిణాముఖః వామపాదకరః స్థిత్వాతద్వై రక్షాంసి భుంజతే। అన్న వచనముచే పరాశరుఁడు దక్షిణదిశ కభిముఖముగా భుజింపఁగూడదని వచించియున్నాఁడు. అయినను కామ్యభోజనమునందు దక్షిణాముఖముగా భుజించునెడ దోషము లేదు. నిత్యమనియు, కామ్యమనియు, భోజనము రెండువిధములు. ఇందు నెయ్యది ప్రాణాగ్నిహోత్రరూపముగాఁ జేయఁబడునో మఱి యెయ్యది పండుటాకులు మొదలగువానిలోఁ జేయఁబడునో అది నిత్యము. ఇంకెయ్యది శరీరపుష్టిని గోరి చేయఁబడునో అది కామ్యము. వీనిలో మొదటిది దైవభోజనము, రెండవది మానుషభోజనము. దైవభోజనమునందు తూర్పుదెస కెదురుగా నుండుటయె నియతము.

తఱచుగ తూర్పుదెస నుండి వచ్చుగాలి సమశీతోష్ణముగా నుండును. తూర్పుదిక్కున కెదురుగా నుండునప్పుడు ఉత్తరదిశనుండి దక్షిణదిశకు ప్రసరించు వైద్యుతశక్తి ప్రక్కనుండి లోనఁ బ్రవేశించుటంజేసి పదార్థము క్రమముగా జీర్ణమగు.

దక్షిణదిశ కెదురుగఁ గూర్చుండునప్పుడైననో ఎదుర తీవ్రశక్తి గలదక్షిణానిలముచేతను, వెనుక భాగమున వైద్యు

తశ్శక్తిచేతను భుజింపఁబడుపదార్థము శీఘ్రముగా జీర్ణమగును. ఈరెండుశక్తులును ప్రక్కలనుండి శరీరములోనఁ బ్రవేశించెనేని వీనికి పాకాశయమున సులభముగాఁ బ్రవేశము లేదు. కావున నెవ్వఁడు భుజించినపదార్థము శీఘ్రముగా జీర్ణదశ నొంది పుష్టికరము కావలయునని కోరునో వానికి దక్షిణాభిముఖ్యమే యుక్తమని కొందఱు వక్కాణించుచున్నారు.

కాని వీరిమతము శాస్త్రకారుల కంతసమ్మతముగానున్నట్లు దోఁపదు. ఏలన, ప్రేతకృత్యములయందును, ఆభిచారికకర్మములయందు మాత్రమె దక్షిణాభిముఖ్యము ముఖ్యమని విధింపఁబడినది. కావుననే శ్రు॥ ప్రాచీ ముదీచీం మేధ్యాం ప్రతీచీం దక్షిణామమేధ్యాం॥ తూర్పు, ఉత్తరము, పవిత్రములనియు, దక్షిణము, పడమరనపవిత్రములనియు శ్రుతియె నిర్ణయించియున్నది. కావుననిత్యనైమిత్తకములు, కామ్యములు మొదలగు సకలశుభకర్మములయందును దక్షిణాభిముఖ్యము నిషేధింపఁబడియెను. దక్షిణాభిముఖభోజనము పుష్టికర మనియు తోఁచుట లేదు. అట్లగునేని నౌషధమును గ్రహించు నప్పుడైన దక్షిణాభిముఖ్యము నిషేధింపఁబడకుండునదె. పౌష్టికకర్మములయందైన నిషేధింపఁబడకుండునదె. అప్పుడును నిషేధింపఁబడియె యున్నదిగదా? ఇఁక దక్షిణాభిముఖభోజనమునందు వారు నిరూపించినవిధమున శీఘ్రముగా జీర్ణము సేయు శక్తి యుండ నగును. ఐనను, అందువలన శరీరమునకు పుష్టి

కలుగునని నమ్ముటకు వీలు లేదు. ఏలన, పదార్థమును శీఘ్రముగా జీర్ణము సేయుటకొరాదులను గ్రహించుటవలన శరీరమున కెంతమాత్రము పుష్టి కలుగకుండుటే యనుభవసిద్ధముగదా ఇట్లు శీఘ్రముగా పదార్థము జీర్ణ మగుటం జేసి పదార్థగుణము బడలింబట్ట దనునిశ్చయముననే దక్షిణముఖముగా భుజించినపదార్థమును రక్కసులు గ్రహింతురని పదార్థగుణము వచించినట్లుకోచెడిని.

పానీయపాత్రనియమము

పానీయపాత్రమును కుడివైపున నిడికొనవలయు. ఏలన, దక్షిణభాగము పరిశుద్ధమగురక్తము కలుగుటంజేసి పవిత్రమైనదని లోగడ దెలుపంబడియెగదా? పానీయపాత్రమునకు రాగి, లేక వెండి. బంగారము వీనిచేఁ జేయఁబడినపాత్రము శ్రేష్ఠమగు. అందు చల్లనిదియు, ప్రాతఃకాలమున గ్రహింపఁబడినదియు, వస్త్రముచే వడవేయఁబడినదియు నగుజలము గుణాతిశయముకలదై ఎక్కువయారోగ్యకరం బగునని భోజనచారుచర్యయందు విస్తరముగా నిరూపింపఁబడియున్నది. వెండి బంగారు పాత్రములయందు చిలుము ఉండనేరదుగావునను, వీనియందు శుక్రశోధకత్వము కలదుగావునను, నిర్దోషములై గుణవంతములై యుండుటంజేసి వెండిపాత్రము బంగారుపాత్రంబును జలపానమునకు ప్రశస్తములని చెప్పంబడియె.

అట్లు రాగిపాత్రము చిలుము లేనిదిగావు. అయినను నిడి

పులుపు మొదలైనవితగిలినప్పుడేగాక తక్కు-సమయములయందు చిలుము గ్రక్క-నేరదుగావునను,సువర్ణరజతపాత్రము లందఱికునల భ్యములుగావునను రాగిపాత్రంబు గ్రహింపంబడియె, మృత్తునందే దోషంబును లేదు. ఐనను దీని ననర్హులు దాకునెడ నిందుదోషము కనఁబడుచుండుటను గృహస్థులకు శుక్రవృద్ధ్యాదు లపేక్షితములుగావునను యతులకుంబలె గృహస్థులకు మృత్పాత్ర నియమింపఁబడ దయ్యెను.

మఱియు సత్తు సీసము మొదలగువానిచేఁ జేయంబడు పాత్రంబులును గలవు. అయిన నయ్యవి మదము మొదలగు దుర్గుణములను గలిగించునవిగాన నుపయుక్తములు గావు. సీసమునందు మత్తును గలిగించుచిలుము గలదు. కావుననే ధూమపానముచేయువారు మదకరవస్తువులలో సీసమునుగూడఁ జేర్చుచున్నారు. ఇట్లు సీసము మద్యముతో సమాన మగుమదమును గలిగించునుగాన నుపయోగింపదు. తగరంబు నట్టిదే యగు.

ఇఁక కంచు, ఇత్తడియు కాల్పనికలోహంబులుగాన నవి దోషావహంబులు గావు. అందును గంటవలె మ్రోగునట్టికంచే శ్లాఘ్యమైనది. ఇత్తడియందు సీస మధికముగా నున్నను తామ్రము దానిదోషము నడంచెనుగాన దీనియందు దోషము లేదు. కంచునందు నిత్తడియందును గలతామ్రముయొక్క- చిలుము తగరముచే నశించెనుగాన వానియందు పాలుమొ

దలగునవి యుంచునెడ చిలుము పట్టుట లేదు. కేవలము తా
మ్రమునందు పాలు మొదలగునవి యుంచునెడ నప్పుడే చిలుము
పట్టును. మఱియు మదకరంబులు నగునుగాన రాగిపాత్రయం
దుంచినపాలు మద్యముతో సమాన మైనవని మునులు
నిషేధించిరి.

ఇనుము జలసంపర్కముచే త్రుప్పుపట్టును. గాన నిది
గ్రాహ్యము గాదు. ఏది కాచునప్పుడు మలము నివర్తించుట
కై వెలిగారము చేర్చుటను సహించునో, మఱి యేలోహము
లవణాదులచే నైర్మల్యము నొందునో, మఱియెద్ది చన్నీరుంచిన
వికారము నొందదో ఇంక నెద్ది సులభముగ కరుగకుండునో అది
యే పానీయపాత్రమున కుపయోగించును. దీనింబట్టి తగర
ము, సీసము, ఇనుము నివర్తింపగా, రాగి, కంచు, ఇత్తడి, రజ
తము సువర్ణము వీనికి గ్రాహ్యత్వ మేర్పడియెను. తామ్రపా
త్రమునందు చన్నీ రుంచిన నె గుణము కలదుగాని వేడినీరుంచిన
గుణము లేదు. కావున చన్నీరు గ్రహించుటకే తామ్రపాత్రము
పయోగించును. కంచుపాత్రముగాని యిత్తడిపాత్రముగాని
గ్రహించునెడ వానిలోనిజలము వెంటనే పానము చేయవలయు.
వెండి, బంగారు వీనిచే జేయంబడినపాత్రములయందు జలము
నాలస్యముగా నుంచినకాలది గుణమునే గలిగించును.

భోజనపాత్రనిర్ణయము.

ఇంక భోజనపాత్రము నిర్ణయింపంబడును. సౌవర్ణరా

జతపాత్రములయందును, అరిటియాకునందును, కుట్టినయాకులయందును భోజనము చేయుట సంభవించుచున్నది. మదము గలిగింపనియాకులకును, చిలుము పట్టనిలోహములకును ఇందు ఉపయోగముకలదు. పులుపురసము తగులునెడ తామ్రపాత్రము చిలుముపట్టును గాన దీనికి పాసినపాత్రమునందే గాక భోజనపాత్రమునందు వినియోగము లేదు. ఇక, బంగారు, వెండి, కంచుననువానికే యిందు వినియోగము గలదు. ఇందు లోహస్వభావమునుబట్టి సువర్ణరజతములకు పరిమాణము లేదు. కంచుపాత్రముమాత్ర మరువదినాలుగుపలములుండవలయునని మహర్షులు స్వానుభవముచే పరిమాణము నిర్ణయించిరి.

ఆకులలోపల వగరురుచిగలవియై మదకరములుగాని, మదక్షయకరములుగాని కాని యాకులకే భోజనపాత్రమున గ్రహణము కలదు. వేరురుచిగలవాని కింక నిషేధము కలదు. వగరురుచికి జీర్ణకారిత్వము మొదలగుగుణములు కలవు. మఱియు, మూలవ్యాధి, అతిసారము, గ్రహణిమొదలగువానిని వగరురుచి నివర్తింపఁజేయునని వైద్యకమునఁ జెప్పంబడియున్నది. భుజించువానికి, జీర్ణశక్తి యపేక్షితమైనదిగాన నద్దానికై యీ గుణముగలపత్రములు నిర్ణయింపఁబడియెను.

సువర్ణరజతములయందు నట్టిశక్తి గలదు. ధాతుసామ్యము నొనరించుశక్తి సువర్ణమునందు నిరుపమాన మైనది.

కావుననె సన్నిపాతమునందు కనకక్వాథమును వైద్యులు విని యోగించుచున్నారు.

కావుననే భోజుఁడు చారుచర్యయందు శ్లో॥ సౌవర్ణం భోజనస్థానం పథ్యం సౌభాగ్యపుష్టికృత్। బృంహణం విషదోషఘ్నం వా తపిత్తవినాశనం॥ సువర్ణరచిత మగుభోజనపాత్రము హితకరము, సౌభాగ్యమును, పుష్టినిగలిగించునదియు, ధాతువృద్ధికరంబును, విషదోషమును, వాతపిత్తమును హరించునదియు నగునని వచించెను. మఱియు, శ్లో॥ రౌప్యం శుద్ధహేమం స్నిగ్ధం వాతళం కఫపిత్తహృత్। రోచనం లేఖనం హృద్యం కాంతికృత్ శ్రేయ సాస్పదం॥ రజతనిర్మిత మగుభోజనపాత్రము త్రిదోషముల హరించునదియు, అరోచకమును పోగొట్టునదియు, కర్షణచికిత్సా కారియు, కాంతిని గలిగించునదియు, శుభకరమైనదియు నని రజతపాత్రభోజనగుణమును వచించెను. శ్లో॥ భోజనం జయతి కాంస్యజ పాత్రేరక్తపిత్తపరిసర్పణ మాశు। హృద్య మాశు రుచిదంరుచికాంతం భోజనం జయతి నేత్రగదానాం॥ కంచుపాత్రయందు భోజనము రక్తపిత్తమును హరించునదియు, అరోచకమును పోగొట్టునదియు, నేత్రరోగముల హరించునదియు నగునని వచించెను. శ్లో॥ అతిశుచి లఘు భుక్తం పత్రపాత్రే క దళ్యాఃకఫపవనహారం స్యాత్ బల్య మారోగ్య కారి। జనయ తి తను కాంతిం కామినీసంగ మేచ్ఛాం విశద మనలదీప్తింపిత్తశాం

తించ జన్తోః॥

అరిటిరియాకునం దగుభోజనము కఫవాతముల నడంచు
ను మఱియు, బలమును, ఆరోగ్యమును, శరీరకాంతిని, కామో
ద్రేకమును, అగ్నిదీప్తిని, పైత్యశాంతిని చేయును.

శ్లో॥ పలాశభోజనం శుద్ధం వాతశ్లేష్మహరం లఘు। గు
ల్మశూలోదరానాహశోషం దీపనపాచనం। పాలాశం పిత్తకృచ్ఛుద్ధం
వాతశ్లేష్మహరం పరం। గుల్మదోషప్రశమనం సర్వోదరవినాశ
నం। పలాశపత్రోదరసేవనేన పలాయనం గుల్మమహోదరా
ణాం। సశ్లేష్మమూలాని సమారుతాని సద్యోహరంతే పరిహృ
త్య పిత్తం॥

మోదుగాకులవిస్తరియం దగుభోజనము వాతమును,
శ్లేష్మమును హరించును. గుల్మమును, శూలను, ఉదరరోగ
మును, శోషను. దీపనమును, పాచనమును గలిగించును.
పైత్యమును చేయును.

శీఘ్రభోజనము.

స్నానమాలస్యముగాఁ జేయుట విహితమైనట్లు భోజ
నము శీఘ్రముగాఁ జేయవలయునని విహితమైనది. అట్లు
గాక, భోజనమాలస్యముగాఁ జేయునెడ బాహ్యవస్తుసంసర్గము
వలన భోజ్యమునందు శుక్తత్వ మేర్పడును. అది యెట్లనిన.

అన్నము, శాకాదులును నుడుకునప్పుడు వానినుండి
విషతుల్యమగునావిరి వెల్వడి అది యచ్చటిగాలిలోఁ జేరియుం

డును. ఆవిరిసంబంధములైనయాయణువులు అన్నము వేడిగా నుండునంతవరకు నందుఁ జేర నేరవు. మఱియుఁ జల్లపడినయ న్నము జీర్ణము కానేరదు. కావుననే వైద్యులు చల్లపడినది శుక్తాన్నముగావున నది కూడదని నిషేధించియున్నారు. అట్టి శుక్తాన్నమును భుజించువారలకు అజీర్తిమూలమున విషూచి కాదివ్యాధులు కలుగుచున్నవి. విషూచికాదివ్యాధులు దు ష్టాన్నభోజనము చేయువారియిండ్లయందే ప్రవేశించుట దీనికి నిదర్శనము. కావున శీఘ్రభోజనము విహితమైనది. సంఘ మునందు భోజనము శీఘ్రముగా కానేరదను కారణముననె నిషేధింపఁబడెను.

భోజనముననిషిద్ధములు

ఇదిగాక, ఒరులయొక్క శ్వాసాదులు చేరునను, నూ హానె ఒరులతో నేకపంక్తియు నిషేధింపఁబడియెను.

గౌతముడు శ్లో॥ అప్యేకపంక్త్యా నాశ్నీయాత్ బ్రా హ్మణైః స్వజనైరపి। కోహి జానాతి కింకస్య ప్రచ్ఛన్నం పా తకం భవేత్। ఏకపంక్త్యుపవిష్టానాం దుష్కృతం యద్దురాత్మ నాం। సర్వేషాం తత్సమం తావత్ యావత్పంక్తి ర్నభిద్యతే॥

స్వజనులతోనైన నేకపంక్తిగా కలిసిభుజింప గూడదు. ఎవ్వనియం దెవ్విధమగుపాప మున్నదియో అదియెట్లు తెలి యును? పంక్తి భేదింపకుండునెడ నేకపంక్తిగాఁ గూర్చుండిన వారిలో నుండినపాపాత్ములపాపములందుఁ గూర్చుండినవారి నం

దఱను సమానముగాఁ జెందు నని గౌతముఁడు వచించెను. దీనింబట్టి వేరుపంక్తిగా గూర్చుండ నగునని తెలియుచున్నది.

ఆకారణముననే పైతృకాదులయందు భోక్తలను భిన్నపంక్తిగాఁ గూర్చుండఁబెట్టుచున్నారు. పంక్తిభేదముతో గూర్చుండఁబెట్టుటకు వీలుకానియప్పుడు.

శ్లో॥ అగ్నినా భస్మనాచైవ స్తంభేన సలిలేనవా। ద్వారేణ చైవ మార్గేణ పంక్తిభేదో బుధైః స్మృతః॥ అని గౌతముండును,

శ్లో॥ ఉదకంచ తృణం భస్మ ద్వారం పంథా స్తథైవచ। ఏభి రంతరితం కృత్వా పంక్తిదోషో నవిద్యతే॥ ఉదకము తృణము, భస్మము, ద్వారము, దారి ఇయ్యవి నడుమనుండునెడ నేకపంక్తిదోషము లేదని యముఁడును వచించిరి.

వీనిలో అగ్నికి, భస్మమునకును సర్వశోధకత్వము లోగడ చెప్పఁబడియె. తృణజాతికి దుష్టమలముల నాకర్షించుశక్తి కలదుగాన నది నడుమనుండునెడ పంక్తిదోషము లేదని చెప్పఁబడియెను. ఆకారణముననె మేకలు మొదలగువాని నడుమనుండి పోవలసివచ్చినప్పుడును తృణమును గ్రహించిపోనగు నని విధింపఁబడియెను. సలిలమునకును శోధకత్వము ప్రసిద్ధమే.

మఱియు, నాగ్న్యగారేనచాకాశే నచ దేవాలయాదిషు॥ అనియు నిషేధము కలదు. ఇందు దేవాలయము, అగ్నిగృహంబును పవిత్రములైనవిగావున నచట నుచ్ఛిష్టాదిసంసర్గము కలుగు ననునాశయముతో భోజనము నిషేధింపఁబడియెను. ఆ

కాశమున పక్షులు మున్నగునవి సంచరించు చుండునుగాన నిరావరణ ప్రదేశమున భోజనము నిషేధింపఁ బడియెను.

స్త్రీలతోఁగూడ నేకకాలమున భోజనము నిందింపఁబడు టచేఁ గూడదు. అది యెట్లనిన,

శ్లో॥ న భార్యాదర్శనే శ్నీయాత్॥ శ్లో॥ న బ్రహ్మకీర్తయన్నాపి ననిశ్శేషం నభార్యయా॥ భార్య చూచుచుండగను, వేదము చదువుచును, నిశ్శేషముగను, భార్యతోఁగూడను భుజింపఁగూడదు. అని నిషేధింపఁబడియెను.

నిశ్శేషముగా భుజింపఁగూడదనుటచే భార్యార్థము మిగిలింపవలయునని యేర్పడుచున్నది. కాననే స్మృత్యంతరము. శ్లో॥ భార్యాభృతకదాసేభ్య ఉచ్ఛిష్టం శేషయేద్ద్విజః॥ భార్య, దాసులు మొదలగువారికై ఉచ్ఛిష్టము శేషింపవలయునని వచించెను. దీనింబట్టి భర్తయుచ్ఛిష్టము భార్య భుజింపవల యునని తెలియుచున్నది. ఈకారణముననే భార్యతోఁగూడ నేకకాలమునందు భోజనము కూడదు. అయినను మార్గాధ్వ లయం దొకానొకప్పుడు నేకకాలమున భోజన మనుమతింపఁ బడినది.

శ్లో॥ బ్రాహ్మణ్యా భార్యయా సార్థం క్వచి ద్భుంజీత చాధ్వని। అ న్యవర్ణస్త్రియా సార్థం భుక్త్వా పతతి తత్క్షణాత్॥

సమానకులోత్పన్న యగుభార్యతోఁగూడ మార్గమధ్య

మున నెకప్పుడు భుజింపవచ్చుననియు, హీనకులజయగు భార్య తో గలిసి భుజించునెడ తత్క్షణమే పతితుఁడగుననియు భావము. దీని ననుసరించియే,

శ్లో॥ బ్రాహ్మణ్యా సహ యోశ్నీయా దుచ్ఛిష్టంవా కదాచన
నతస్య దోష మిచ్ఛంతి నిత్యమేవ మనీషిణః॥

సమానకులోత్పన్నయగు భార్యతోగూడ నెకప్పుడు కలిసి భుజించినను దోషము లేదను వచనముఁగూడను ఒకప్పుడను టచే బాధకము లేదని మాధవాచార్యులవారు వచించి యున్నారు.

పాశ్చాత్యులైనవో భార్యతో గలిసి భుజించుటయే న్యాయ్యమని గ్రహింతురు.

కాని యిచట నిది తెలిసికొనవలయు. తఱుచుగ గృహస్థుఁడు భార్య కెదురుగా నుండునెడ కామవశత నొందుట కలదు. మనుష్యునిశక్తి స్త్రీని గాంచినంతమాత్రమున స్త్రీ యందుఁ బ్రవేశించును. ఈకారణమున స్త్రీలసాన్నిధ్యమున భుజింపఁగూడదని నిషేధింపఁబడియెను.

మఱియు, దంపతులలో ఒకరు నోరుదెరుచుట నింకొకరు గాంచునెడ నిరువురకు పీడాకరమే యని వైద్యమున నెక్కువ యనుభవము గలవారు వచించుచున్నారు. ఈకారణమున నే, శ్లో॥ నభార్యాదర్శనే శ్నీయాత్॥ భార్య చూచుచుండఁగ భుజింపఁగూడదని పురుషునకును, శ్లో॥ నాంజంతీమపి నాశ్నంతీం భా

ర్యా మీక్షేత కర్హిచిత్॥ భార్య అభ్యంజనము చేసికొనుచుండగను, భుజించుచుండగను, చూడగూడదని స్త్రీకిని నిషేధము కనఁబడుచున్నది.

మఱియు, దంపతు లేకాంతమున గూర్చుండి సరససల్లాపము లాడుకొనుచు నొక్కపాత్రమునందు నొకరొకరి గోళ్లు తగిలినపదార్థమును నిర్వురు భుజించునెడ తత్కాలమున నె యనేకరోగము లాశించును. మనుజునినఖాగ్రమునఁ దనేకదోషములు కలవని యంద ఱెఱింగినదెకదా?

ఇతరదృష్టినిషేధము.

ఇదిగాక, ఇతరులు చూచుచుండగ భుజింపఁగూడదు. ఏలన, దృష్టిదోషము పెద్దది. అది ప్రసంగవశమున నిచట కొంచెము నిరూపింపఁబడును.

లోకమున కంటిదోషము సాంక్రామికరోగములయందు జేరునుగాన నాదోషమొకమనుజునివల్లనుండి వేరొకమనుజునిఁ జెందునని పండితు లంగీకరించియున్నారు. దృష్టిదోషము సర్వపదార్థములను చెందునదియైనను వేడియన్నమును శీఘ్రముగాఁ జెందును. ఏలన నేత్రదోషము నాకర్షించుటయందు వేడియన్నమున కధికశక్తి కలదు.

కావుననే, చికిత్సకు లనేకములగు నేత్రరోగములయందు సుఖోష్ణ మగునన్నమును గ్రహించి యందు గొంచెము నవనీత ముంచి యద్దానిని కంటికి పలుమారు రద్దుకొనుచుం

డునెడ నేత్రరోగములు పోవునని చెప్పుచున్నారు. ఆమాట సఫలమే యగుచున్నది. దీనింబట్టి అన్నము నేత్రదోషముల నాకర్షించునది యని స్పష్టపడుచున్నది. కాంబట్టి, భుజింపం బడు వేడియన్నమును దుష్టులు, రోగగ్రస్తులు, పాపులు, మొదలగువారు చూచునెడ నాయన్నమునందు దోషములు నిశ్చయముగా సంక్రమించునని స్పష్ట మగుచున్నది. కావున భుజించువారు, వడ్డించువారును దప్ప నితరు లం దుండరాదు, ఆకారణముననె.

శ్లో॥ ఉదక్యామపి చండాలం శ్వానం కుక్కుటమేవచ
భుంజానో యదిపశ్యేత్తు తదన్నంతు పరిత్యజేత్॥

శ్లో॥ కేశకీటావపన్నంచ ముఖమారుత వీజితం।
అన్నం తద్రాక్షసం వింద్యా త్తస్మాత్త త్పరివర్జయేత్॥

చండాలుని, కుక్కను, కోడిని, చూచుచు భుజింపం గూడదు. వెండ్రుకలు, పురుగులు, చేరినదియు, నోరిచే నూదంబడినదియు, నగునన్నము రాక్షసముగాన నద్దానిని విడువవలయునని చెప్పంబడియున్నది.

కేశకీటసంస్పృష్టని షేధము:

కేశకీటసంస్పృష్టమునెడ విశేషము కలదు. ఏమనిన, సూ॥ తం దేశం పిండ ముద్ధృత్య భస్మనాద్భిః ప్రోక్షయతీతి॥ అన్నమునందు కేశకీటాదులు చేరియుండునెడ నచటియన్నమును తీసివైచి కడమయన్నముపై భస్మోదకముల ప్రోక్షించి గ్రహింపనగు

నని ప్రాయశ్చిత్తము విధింపఁబడియున్నది. ఈప్రాయశ్చిత్తముపక్వ మైనయన్నమునకు కేశకీటాదిసంసర్గము కలిగినప్పుడే వినియోగించుగాని యన్నము కేశకీటాదులతోఁ జేరియుడికినయెడ నుపయోగింపదు. ఏలన, కీటాదులతో నుడికినదానియందు విషాదిదోషములు సంభవించుగాన నట్టిపదార్థములను విడుచుటయే ఉచితము. భస్మమునందు మలహారత్వము, మహావీర్యత్వము, క్షారరూపత్వము, విషహారత్వము మొదలగుగుణములు గలవుగాన దానిచే కేశకీటాది సంసర్గదోషము నశించుట వింత కాదు.

కావున నే,భోజ్యపదార్థమునందు పరిషేచనమునకు ముందు నియతముగా భస్మమును చల్లవలయునని యాశ్వలాయనకల్పసూత్రమునందు విధింపఁబడియున్నది.

విపరీతశబ్దశ్రవణనిషేధము.

భోజనకాలమునందు కొన్నివిధములగు శబ్దములను వినఁగూడదని మహర్షులు నిషేధించియున్నారు. ఎట్లనిన,

శ్లో॥ చండాలపతితోదక్యావాక్యం శ్రుత్వా ద్విజోత్తమః।
భుంజీత గ్రాసమాత్రంతు దిన మేక మభోజనం॥
శ్లో॥ కాహళశ్రామణగ్రామ్ణో శ్చక్ర స్యోలూఖలస్యచ
ఏతేషాం నినదం యావ త్తావత్కాల మభోజనం॥

చండాలుఁడు, పతితుఁడు,బహిష్ఠ వీరివాక్యము విని బ్రాహ్మణుఁడొకగ్రాసమాత్రమును భుజించునెడ నాదిన మంత

యు నుపవసింపవలయు. భేరి, కాకి, శిల, ఉరుము వీనిశబ్దము వినఁబడుచుండు నంతదనుక భుజింపఁగూడదు. అని మొదలుగా వచనములు కనఁబడుచున్నవి.

శబ్దతత్త్వము.

ఇందగురహస్య మేమనిన, భేరి, కాకి, మనుష్యుఁడు, మేఘము, శిల మొదలగుస్థానములనుండి వెల్వడినశబ్దములు వానివానిస్థానముల యవయవములతోఁగూడియు గాలివలన నంతట వ్యాపించుచుండును. గుణిని విడిచి గుణము ఉండనేరదుగాన శబ్దము పారినంతవరకు నధికరణాంశములు వ్యాపించుచున్నవని యంగీకరింపవలయు. ఆయవయవము లతిసూక్ష్మములుగాన దృష్టికి గోచరింపవు.

ఇట్లే గంధము వ్యాపించినదేశమంతటను గంధద్రవ్యము యొక్క సూక్ష్మావయవములు వ్యాపించియున్నవని సూక్ష్మమతు లంగీకరించుచునేయున్నారు. కావుననే, భర్తృహరి॥

శ్లో॥ సర్వతః పరిచీయన్తే శబ్దాఖ్యాః పరమాణవః॥

శబ్ద మను పేరుగలపరమాణువు లంతట వ్యాపించుచుండునని వచించెను.

శబ్దములకు ద్రవ్యరూపత్వము, అణుత్వము, విభుత్వము మొదలగువ్యవస్థలు వ్యాకరణమునందును, మీమాంసయందును నిరూపింపఁబడియున్నవి.

అందగునిష్కృష్టార్థ మిది. శబ్దములు ద్రవ్యరూప

ములే. వానికి ధ్వనులు గుణములు. అవియు, ప్రతిస్థానమం దును స్థానగుణముచే భిన్నములై యుండును. ఇయ్యవి పరా శ్రితములై పంచభూతములయందున్నవియై సర్వమునకు కార ణభూతము లగుచున్నవి.

దండఘట్టనము, తాల్వాద్యాఘాతము, సంఘర్షము మొదలగువానిచే నవి యభివ్యక్తిని పొందుచుండును.

ఈశబ్దములు కారణబలమునుబట్టి వెల్వడుచు పరిమిత దేశమును సంక్రమించుచున్నవిపోలె ధ్వనింబట్టి తెలియుచు న్నవి. చలనధర్మము, స్పర్శగుణము గలిగి యంతట పూర్ణమై నవాయువు ఎల్లపుడు తెలియఁబడక, విసనకఱ్ఱ మొదలగువాని కదలికచే గలిగి అభివ్యంజకపదార్థముయొక్క వేగమున కను గుణముగా కొంతదేశమునే వ్యాపించుగాని, దూరదేశమునకు పోనేరదు. అట్లే శబ్దంబునని యెఱుఁగవలయు.

ఇందు, భేర్యాదిశబ్దములలో చర్మాద్యంశము లుండును. గాన వానిధ్వని కఠినమై చెవులకు బాధక మగుచున్నది.

అట్లు, ఠాత్కారము, అశనిపాతము లోనగుశబ్దములు కర్ణేంద్రియమును లోపింపఁజేయుచున్నవి.

మఱియు, పరేతపటహము మొదలగువానిధ్వనులు వినఁ బడఁగనే హేతువును తలపింపఁజేసి హృదయకంపము గలిగించు ననుటయు తెల్లమె.

ఈకారణముననే శుభకర్మములయందు మంగళవాద్య

ఘోషముచే తుమ్ము మొదలగు ప్రతికూలశబ్దముల శ్రవణము వారింపఁబడుచున్నది.

శబ్దములయం దధికరణాంశములు చేరియుండుటనే యవిపర స్పరభేదము గలిగియున్నవి. కావుననె యిప్పటిశోధకులు ఇదికంచుమ్రోతయనియు, నిది యిత్తడిమ్రోతయనియు శబ్దము నుబట్టియె లోహమును గనిపట్టుచున్నారు. ఇది భేరీశబ్దమ నియు, నిది దేవదత్తునిశబ్ద మనియు ననుభవమునుబట్టి యెల్లరు ను గ్రహించుచున్నారు. వీనియందు ధర్మభేదము లేనిచో శబ్ద భేదము గ్రహింపఁబడదు.

కావున ప్రతిశబ్దంబునందును ధర్మభేదము గలదనియు దీనికి ద్రవ్యభేదమే మూల మనియు, దానింబట్టి ద్రవ్యగతము లగుగుణదోషములు శబ్దములయందు నుండుననియు స్పష్టమగు చున్నది.

మఱియు, మాంసము దిను మృగములు, కాకులు మొ దలగువానిశబ్దము ఉద్వేజకమగుచున్నది. చివురుటాకులుదిను కోయిలలు మొదలగువానిశబ్దము వీనుల కింపగుచున్నది.

ఇట్లు, స్థానగుణములు శబ్దములయందుఁ జేరియుండుట నిశ్చితముగాన చండాలాద్యధికరణగుణములు వారివారిశబ్దముల యందుఁ జేరియుండునని స్పష్ట మగుచున్నది. ఈకారణమున నే భోజనకాలమునం దాయాశబ్దములు వినుట యనిష్టమని యెంచి మునులు నిషేధించిరి. దుర్గంధము దుఃఖహేతువైన

ట్లును, సుగంధము సుఖహేతువైనట్లును సుశబ్దదుశ్శబ్దంబులును సుఖదుఃఖజనకము లగును.

కావున, స్పష్టముగా నావిర్భవించినదోషములుగల బహిష్ఠాదులశబ్దములను వినునెడ నవి తనశరీరమునం జేరును. ఇట్టినులినాంశములు జేరునెడ శరీరము మలిన మగుటకు సంశయ మేమి కలదు? అప్పుడు శరీరము నిర్వ్యాపారముగా నుండలేదు. భక్షణాసక్తమై యున్నది. కావున నప్పుడామలినాంశములు నాహారమునం బ్రవేశించును. కావున నట్టిదుశ్శబ్దశ్రవణ మప్పుడు నిషేధింపఁబడియె.

మఱియు, కాహళశబ్దముచే బ్రేతపటహాదులు గ్రహింపవలయు. ఇందు ఇంకొకరహస్యము కలదు. భుజింపఁబడున న్నము ఏభావముతో భుజింపఁబడుచున్నదో ఆభావముతోనే పరిణమించి ఆభావమునకే పుష్టిని గలిగించును. ఎట్లనిన,

ఒకఁడు కోపించి పరులను దూషించుచు భుజించెనేని వాఁడు భుజించినయన్నము మిగుల క్రోధమునే గలిగించుచున్నది ఇఁక నొకఁడు కాముని గాంచుచు దానిని తలంచుచు భుజించెనేని వానికి కామమునే వృద్ధి నొందించుచున్నది. కావున నాయాపదార్థముల స్మృతికి హేతువు లగుశబ్దములు వినుటయు నిషేధింపఁ బడియెను. ఇట్టివారలతో సంభాషణాదులును పరిసక్తించునని భోజనకాలమునందు వ్యర్థాలాపంబును నిషేధింపఁబడియెను.

విశేషించి ప్రాణాగ్నిహోత్రమునందు శ్లో॥ అనిందన్ భక్షయే న్నిత్యం వాగ్యతోన్న మకుత్సయన్। పంచగ్రాసాన్ మహామౌనం ప్రాణాద్యాప్యాయనంహితత్॥ అన్నమును నిందింపక మహామౌనముతో నైదుకబళములను గ్రహింపవలయు. అది పంచప్రాణములకు తృప్తికర మగు. అనుచోట నిందింపక అను పదముచేత భోజనసమయమున మనస్సున కెక్కువసంతోష మావశ్యకమని సూచింపబడియెను. ఆకారణముననే పుత్రాదులతోఁగూడి భుజింపవలయునని చెప్పఁబడియె.

స్నానముచేసి కృతకృత్యుండై చందనానులిప్తుండై నిర్మలాంతఃకరణముతో విపరీతధ్వనులు లేనిప్రదేశమునందు సావధానముగా భుజింపవలయు. ఎచ్చట నిచెప్పఁబడినయంశములకు లోపము గలదో అచ్చట భుజింపఁగూడదు. అట్లు స్మశానమునందు దారియందును భోజనము నిషేధింపఁబడియెను. స్మశానాదులయందు మనస్సు ఉద్వేగము గలదై యుండును. అటులే దేవాలయము శూన్యాగారము మార్గము మొదలగువానియందును గృహస్థునకు స్థిరాసనము సంభవింపదు.

భోజ్యరసక్రమ నియమము.

భోజనమునందు రసములకు క్రమంబును చెప్పఁబడియున్నది. ఎటులన, శ్లో॥ భుంజీయా త్తన్మనా భూత్వా పూర్వంతు మధురం రసం। లవణామ్లౌ తథా మధ్యే కటుతిక్తాదికాం స్తతః॥

శ్లో॥ ప్రాగ్ద్రవం పురుషోశ్నీయా న్మధ్యేతు కఠినాశనం॥

అంతే పునర్ద్రవాశీతు బలారోగ్యే నముంచతి॥

మొదట మధురరసమును, నడుమ లవణామ్లరసములను, కొనకు కారము చేదు వగరు రసములను గ్రహింపవలయు. మొదట ద్రవాహారమును, నడుమ కఠినాహారమును, కొనకు తిరుగ ద్రవాహారమును గ్రహించువాడు బలవంతుఁడు నారోగ్యవంతుఁడు నగును. అనుటచే భోజనమున బలారోగ్యములు ప్రధానములని ఏర్పడుచున్నది. అందు గనఁబరుపఁబడిన రసక్రమము బలారోగ్యములను వృద్ధి బొందించునదియే యగు

ఇందు షడ్రసములు పురుషున కావశ్యకములు. వానిలో మధురము ముఖ్యమైనను ఇతరరసములవలె శరీరమున కుపకారకమైనది కాదు. ఐనను మధురము సాత్వికాహారము, కావునను, మొదట గ్రహింపఁబడినరసమే ఎక్కువగుణమును గలిగించునదిగానను నదిముందు విధింపఁబడియెను. మధురము సాత్వికాహారము, కట్వామ్లములు రాజసాహారములు, పూత్యాదులు తామసాహారములనియు, భగవద్గీతలయందుఁ జెప్పఁబడియున్నది. శ్లో॥ ఆయుస్సత్వబలారోగ్యసుఖప్రీతివివర్ధనాః। రస్యాస్స్నిగ్ధాస్థిరా హృద్యా ఆహారా స్సాత్వికప్రియాః॥ కట్వామ్లలవణాత్యుష్ణతీక్ష్ణరూక్షవిదాహినః। ఆహారా రాజసస్యేష్టా దుఃఖశోకామయప్రదాః॥

యాతయామం గతరసం పూతిపర్యుషితంచ తత్। ఉచ్ఛిష్టమపిచామేధ్యం భోజనం తామసప్రియం॥

ఆయుష్షు సత్వము, బలము, ఆరోగ్యము, సుఖము, సం

తోషము వీనినివృద్ధి బొందించునవియు రుచిగలవియు. చమురుగలవియు, మనోజ్ఞములునగు నాహారములు సాత్త్వికుల కిష్టము లగు. కారము, పులుపు, ఉప్పు, ఎక్కువ వేడి, చమురు లేకుండునవి. విదాహకరములునై దుఃఖమును, రోగమును గలిగించునాహారములు రాజసుల కిష్టములగు. చల్లారినవి, రుచితప్పినవి, దుర్గంధముగలవియు, పాచివి, ఉచ్ఛిష్టములు, అపవిత్రములు నగుపదార్థములు తామసుల కిష్టములగును.

ఇందు మొదట సాత్త్వికుల కిష్టములగు నాహారములలో మధురము చేర్పఁబడియె. సాత్త్వికాహారమునకు ఆయువు, సత్త్వము, బలము, ఆరోగ్యము ఫలమని చెప్పఁబడియెను. సత్త్వమనగా, తపోనిష్ఠ కుపయోగించు నాత్యంతికశమము దమము నగు. అయ్యది ఇట్టి నియతాహారముచే కల్గును. కావున, కేవలమధురరసమునందు కేవలము సాత్త్వికుఁడగు పరమహంస తుల్యునకు ప్రవృత్తి సఫల మగును. గృహస్థునకు గుణత్రయ కార్యము లుండుకావున వీని కందు ప్రవృత్తి సఫలము కానేరదు. కాఁబట్టి త్రిగుణములను వృద్ధి నొందించునాహారమే గృహస్థున కర్హమగునని యెంచి అన్నిరసములు సముచ్చయముగా విధింపఁబడియెను. ఇందు సత్త్వమధికముగా కోరఁదగినదికావున సత్త్వవృద్ధికర మగుమధురాహారము ముందు భుజింపఁదగినదిగా నిర్దేశింపఁబడియెను. అందు తలచుగా సత్త్వనిష్ఠులు మధురమునం దాసక్తిగలవారును, రాజసులు కట్వాహారము

నందు ప్రేమగలవారును, తామసులు పర్యుషితాదులయందు ఇష్టముగలవారు నగుచున్నారు.

మఱియు, మధురరసము లేనిభోజనము దోషబాహుళ్యము గలిగించుననియు, దానినిమాత్ర ముపయోగించునెడ గృహస్థున కుపయుక్తమగువీర్యము కలుగనేరదనియు నన్నిరసముల విధించిరి.

భక్ష్యాభక్ష్యనియమము.

ఇఁక భక్ష్యాభక్ష్యనియమము కొద్దిగ నిరూపింపఁబడును. మాంస మభక్ష్య మని నిరూపింపఁబడియె. మఱియు లశునాద్యోషధులును సామాన్యముగా మదమునుగలిగించువస్తువులన్నియు ద్విజులకుఁగూడవు. బలారోగ్యములకు బాధకముకానిదియు బుద్ధికి నభివర్ధకమైనదియు నగునాహారము గ్రాహ్యము. కళంజము (గంజాయి)కంటె నితరము లగునాకులు గ్రాహ్యములు, కందజాతిలో లశునాదులు విడువఁదగినవి. ధాన్యజాతియంతయు సామాన్యముగా గ్రాహ్యమగు. ఇందు సత్వశుద్ధి, బలము, ఆరోగ్యము ఇవి కలుగుటకై ఆహారమునకు నియమము లనేకములుకలవు. దీనికి ఫలంబు నధికంబుగనే కలదు. నిషేధింపఁబడినకొన్ని పదార్థములయందు మదకరత్వము కనఁబడుట లేదు. అయినను వానికి బలారోగ్యనాశకత్వము వైద్యకమునందుఁ జెప్పంబడియే యున్నది. మదకారిత్వము శాకాదులయందు ప్రత్యక్షముగా లేకున్నను, ఇంకొకప

దార్థములో జేరునపుడు మదాధిక్యమును గలిగించుశక్తి స్పష్టముగా గలుగుచున్నది. అట్లు సూక్ష్మజ్ఞులు గావున పదార్థముయొక్క పరిపాకమును బట్టి గలుగుగుణవిశేషము నెఱింగినమహర్షులు కొన్నిపదార్థముల నిరాకరించిరి. శ్లో॥ బలారోగ్యేయథాస్యాతా మవిరుద్ధేతు సంవిదా॥ అనున్యాయమున బుద్ధికి బాధకములు కానివై బలారోగ్యములను గలిగించు పదార్థములను విధించుటయందే మునులతాత్పర్యము.

అందు గొన్నిపదార్థములను విడుచుట దేశాచారమును బట్టియు కలుగుచున్నది. కావుననే మహర్షులు సూ॥ దేశాకృతికాలభావదుష్టాంశ్చ పదార్థాన్ వర్జయేత్॥ అని వచించిరి. ఇందుస్మశానాదిస్థలములయందు బుట్టినవి దేశదుష్టములు. పొట్లకాయ మొదలగునవి పాములు మొదలగువానివలె నుండుటచేగావున ఆకృతిదుష్టములు. గ్రహణాదులయందు పదార్థములు కాలదుష్టములు. భావదుష్టములు ప్రతిపురుషునకు వేరువేరగుచున్నవి. ఇట్లు విధించుమహర్షులయభిప్రాయ మేమనిన, భోజనమునందు ఎంతమాత్రము నసహ్యాభావ ముండఁగూడ దని తెలియుచున్నది. ఇందునకే దేశనియమము, కాలనియమము భోజ్యనియమము, సహభోజననియమము, పంక్తిభేదనియమము, పాత్రనియమము, పరివేషనియమము, పాకనియమము, పక్త్రనియమము, పానీయనియమము, నానాగసక్రమనియమము, ద్రవకఠినాద్యశననియమము, మౌనాదినియమము, దృశ్యాదృశ్య

జనాంతరనియమము, కబళపరిమాణనియమము, కబళసంఖ్యానియమము, వర్జ్యనియమము, వార్తానియమము, శాకనియమము, సఖ్యాదినియమము, వర్ణనియమము, ఆశ్రమనియమము, ఆచారనియమము మొదలుగా లెక్కలేని నియమములు విధింపఁబడియెను. ఈనియమములకు కొన్నిటికి ఫల మిందుసంగ్రహాముగా నిరూపింపబడియె గాన తక్కనియమములకును ఫలమిట్లే యూహించుకొనునది.

ఉత్తరాపోశనము.

ఇట్లు తాను తృప్తిగా భుజించినవాఁడై శేషమును కొంచెముగా గ్రహించి జలమును జేర్చి ఆచమనము చేయవలయు. పూర్వము ప్రాణాగ్ని హోత్రవిద్యయొక్క స్వరూపమును జెప్పునపుడు ఐదగ్నులయందు హావిస్సువలె హోమము చేయవలయునని నిరూపింపఁబడియె. దానికి ముందు హోమము చేయఁబడుహవిస్సునకు ఉపస్తరణము, ప్రోక్షణము అభిఘారణమును నివర్తింపఁబడియె. ఇప్పు డాక్రమమున శేషము నుచ్ఛిష్టము గోరువారలకొఱకు విడువవలయు. ఈసందర్భమున దేవలుఁడు శ్లో॥ ఉచ్ఛిష్టభాగధేయేభ్య స్సోదకం నిర్వపే ద్భువి॥ అనివచించెను. దీనియభిప్రాయ మేమనగా, రౌరవ మను నరకమునందు చిరకాలమునుండి యున్నప్రాణులతృప్తికొఱకు నుదకముతోఁగూడ నుచ్ఛిష్టము విడువవలయునని తెలియుచున్నది.

ఇం దగురహస్య మేమనిన, కర్మపరిపాకవశమున నరకమును పొంది యున్నవారిలో కర్మశేషముచేత క్రిములు మొదలగుభౌమనరకజన్మముల నొంది యున్నవారికిని గృహస్థుఁడు సంపాదించునన్నముచే పోషణీయత్వము పూర్వము వైశ్వదేవప్రకరణమునఁ జెప్పఁబడియెను. అందుఁగుక్కలకు, కాకికిని, బలిప్రదానము చెప్పుటచే పశువులకుఁ బక్షులకును పోషణీయత్వము ఏర్పడినది. ఐనను క్రిమ్యాదులకు మిగిలియున్నది. కావున వీనికే తర్పణము విధింపఁబడియెను. దీనింబట్టి సదాచారనిరతుఁ డగునార్యునిభోజనము కేవలము తనకడుపు నిండించికొనుటకే కాదు. ఇఁక పశువులు, పక్షులు, క్రిములు నితరులగునతిథ్యాదుల తృప్తికొఱకై యుపయోగించునని తెలియుచున్నది. ఈయభ్యాసముచే ప్రాణులయందు దయ అవశ్యముగాఁ బొడమును. పరోపకారమునందు నియమము కలుగును. పరమేశ్వరునందు భక్తియు వృద్ధినొందును. సర్వభూతదయ, పరోపకారప్రవణత్వము, పరమేశ్వరభక్తి, అనునవియేకదా మనుజులు కోరఁదగినవి.

ఇందు ఇంకొకయతిరహస్యంబును గలదు. కాకులు కుక్కలు మొదలగునవి మనుజులయిండ్లయందు పరిచయముకలవియై యున్నవి. వానికి స్వభావముచేతనే అన్నాతురత్వము కలదు. పిపీలికాదులు నట్టివే యగు. వీనిజన్మము కర్మశేషమువలన పరతంత్రమై క్షణభంగురంబు నైయున్నది. ఇట్టి జంతువుల

కు పరిశుద్ధ మగుసాత్వికాహారము నొసఁగునెడ బ్రహ్మవిద్యాని ష్ఠు లగుసచ్ఛ్రోత్రియులకరతల సంపర్కంబున పవిత్రంబైన స దాహారము నాస్వాదించినపుణ్యంబువలన కుక్కలు, కాకులు, క్రిములును పరిశుద్ధి నొంది యనంతర ము త్తమ మగుమానవ జన్మమునే పొందఁగలవు. జన్మాంతరప్రాప్తికి చరమవాసనయే హేతు వగుగదా?

లోకమున, ప్రాణు లాహారమున కెప్పుడును దిరుగుచు నది యెచ్చట సులభముగా దొరకునో యచ్చట సిద్ధ మగు చుండును. ఎల్లప్పుడు నాచోటికి కాలము దప్పకుండ వచ్చు చుండుననుట యనుభవసిద్ధము. ఇట్లు పశుపక్ష్యాదులును ఎల్లపుడు నాహారప్రదుని ధ్యానించుచు కొనకు నట్టివాసనచే నుత్తమజన్మమునే పొందుచుండును. దానివృత్తి కృతజ్ఞతా రూప మైనది గాన్పనమానవ్రులయందుఁ బుట్టియు కృతజ్ఞత గలి గి ఉత్తమగుణయుక్తములే యగుచుండును. ఇట్లు ఆర్యులు పశువులను పక్షులను క్రిములను అతిసులభముగా తరింపజేయు చున్నారు. మహాత్ముల కిట్టిలోకోపకారప్రవణత్వము న్యా య్యమే.

ఈవిధమున ప్రాణాగ్నిహోత్రవిధిని సమాప్తి నొందిం చి తత్కాలమునఁద లేచి ముఖమును హస్తములను పాదము లను జలముచే గడిగికొనవలయు: ప్రాణప్రణాదులశుద్ధికై శు ద్ధాచమనము నాచరింపవలయు.

అనంతరము ప్రాణప్రేరకుఁడగు పరమేశ్వరుని స్మరించుచు కన్నులు మొదలగువాని స్పృశింపవలయును. నేత్రములను స్పృశించుటవలన మహాఫలము గలదు. ఎట్లనిన, భోజనకాలమునందు షడ్రసస సంసర్గము కలిగియున్న చేతిని జలముచే గడిగినను రసశేష మాచేతి వ్రేళ్లను విడువకయే యుండును. అట్టి వ్రేళ్ళకొన కనుగ్రుడ్డును తాకుటవలన నేత్రరోగములు చాల వరకు శమించుచున్నవి. మఱియు నిట్టియభ్యాసమును ప్రతి దినము విడువక యాచరించువారికి తఱచుగ నెల్లరకు నలుబది యేండ్లకు తటస్థించుచున్న చత్వార మనుదృష్టిదోషము వచ్చుటయే లేదు. ఇది యనుభవసిద్ధమై యున్నది. దీనింబట్టి తక్కినయవయవముల స్పర్శమునకును ఫల మూహించుకొనవలయు. తరువాత కొంచెము నడువవలయు. ఇదియు సఫలమని శ్లో॥ భుక్త్వా శతపదం గచ్ఛేత్ ॥ అనుటచే ఆరోగ్యశాస్త్రవిదులు నంగీకరించుచునే యున్నారు.

ఇట్లు తిరుగుచు, ఇష్టదేవతను ధ్యానించుచును ప్రశాన్తచిత్తుఁడై భుజించినయన్నముచే తనచిత్తము సత్యమార్గమునందే ప్రవర్తించునట్లును. గర్వించి యథేచ్ఛముగాఁ దిరుగకుండునట్లును పరమేశ్వరుఁ బ్రార్థింపవలయు. ఈసందర్భమున విష్ణుపురాణమునందు

శ్లో॥ సత్యేన తేన యద్భుక్తం జీర్య త్వన్న మిదం తథా।
ఇత్యుచ్చార్య స్వహస్తేన పరిమృజ్య తథోదరం॥

సత్యమార్గమున భుజింపఁబడినయన్నము ఆవిధమునసే జీర్ణమగుగాక. (సత్యమార్గముచేనే వృద్ధినొందించుగాక యని భావము.) అని పలికి తనచేతితో కడుపు తుడువవలయు నని యున్నది.

దీనింబట్టి ఆర్యులభోజనము ఈశ్వరారాధనరూప మైన దియు, ప్రాణిసామాన్యమును తరింపజేయునదియు, ప్రాణివర్గము ను పోషించునదియు నగు. ఇట్లు భోజనవిధి కనంతరము గృ హస్థునకు మాత్రము తాంబూలచర్వణము విధింపఁబడియెను. మార్కండేయుఁడు శ్లో॥ భూయోప్యాచమ్య కర్తవ్యం తత స్తాంబూలభక్షణం॥ అనివిధించెను.

తమలపాకు, పోకఫలము, సున్నము ఈమూడు చేరిన దానికి తాంబూలమని పేరు, ఇం దన్నియు వగరు కారము, అనురసములు ప్రధానముగా గలవి. ఈరసములకు, మసహో పకారత్వంబును, ఇంకను నాదు జేరుజాతీఫలాదులకు శుక్లవృద్ధి కరత్వంబు నుండుటచే తాంబూలమునకు గృహస్థుఁడే అధికా రియని నిరూపింపఁబడియెను, దీనికిని నియమముకలను.

శ్లో॥ సుపూగంచ సుపర్ణంచ సుచూర్ణేన సునంయుతం।
అదత్వా ద్విజదేవేభ్య స్తాంబూలం వర్జయే ద్బుధః॥

మంచిపోకలు మంచియాకులు మంచిసున్నము చేర్చి యీతాంబూలమును మొదట దేవతలకు బ్రాహ్మణులకు న ర్పించి గ్రహింపవలయునని యర్థము. ఈశ్వరున కర్పింపనిది

యు బ్రాహ్మణుల కొసగనిదియు నేదియైన గ్రహింపఁ జనదు. ఆర్యులు పరోపకారము పరబ్రహ్మవిద్యయు ప్రధానముగాఁ గలవారు గాన నిట్టు లాచరించుచున్నారు. తాంబూలచర్వణ ము విషయమున నాముని యే.

శ్లో॥ పర్ణమూలే మహావ్యాధిః పర్ణాగ్రే పాపసంభవః।
చూర్ణపర్ణం హరత్యాయుః సిరాబుద్ధివినాశనీ॥
తస్మాదగ్రంచ మూలంచ సిరాంచైవ విశేషతః।
చూర్ణపర్ణం వర్జయిత్వా తాంబూలం భక్షయే ద్బుధః॥

తమలపాకుతొడిమ భక్షించునెడ వ్యాధియు, ఆకు యొక్క కొన గ్రహించునెడ పాపంబును సంభవించు. సున్నపా కును భక్షించునెడ ఆయుష్షు తరుగును. తమలపాకు ఈనెలు గ్రహించునెడ బుద్ధి నశించు. కావున తమలపాకు యొక్క తొ డిమను, సున్నపాకును విడిచి తాంబూలము భక్షింపవలయున ని యున్నది. దీనింబట్టి తమలపాకుయొక్క తొడిమ ఈనెలు వీని యందు విషాంశము కలదని తెలియుచున్నది. వీనిలో సున్నపాకు సున్నమును చాలకాలము ధరించెనుగాన నందు ఘోరమఘకమగు నని నిషేధింపఁబడియెను. ఇటులే యితరము నూహించుకొనవల యు. ఇట్లు తాంబూలంబు నీశ్వరార్పితంబే గావున దానినమ లునపుడును దేవతాస్మరణము సిద్ధమేయని యెఱుంగునది.

ఇది మాధ్యాహ్నికప్రకరణము.



ఇఁక నపరాహ్ణప్రకరణ మారంభింపఁబడును. అపరాహ్ణమనఁగా పందొమ్మిదవగడియ మొదలుకొని ఇరువదినాలుగవ గడియవరకు నారుగడియలకాలము. ఈకాలము తఱచుగా గృహస్థులకు సంగవకాలముంబలె లోకయాత్ర కుపయోగించును. మఱియు నీకాలము. పరసేవనాదిదుఃఖములు, కృష్యాదికష్టంబులును లేనివారికి సత్కథాశ్రవణమునకును ధర్మశాస్త్రపరిశీలనమునకు నుపయోగించును.

ఇట్లు కృతకృత్యులును, పరమేశ్వరు నారాధించినవారును, అర్థుల నాదరించినవారును, భోజనసుఖము నొందినవారునగు జనులకు. వ్యవహారావలోకనము కలుగునెడ మిగుల లాభకరమగునని యపుడు లోకయాత్ర విధింపఁబడియె,

ఇది అపరాహ్ణప్రకరణము.



సాయాహ్నప్రకరణము.

ఇపుడు సాయాహ్నికకర్మముయొక్క రహస్యము నిరూపింపఁబడును. సర్వకర్మంబులకును సాయాహ్నంబున నుపక్రమము శ్లాఘ్యము. దానిఫలము పదంపడి తెలుపంబడును. ఇది పగటియైదవభాగము, ఆరుగడియలకాలమగును. కాలతత్త్వం బెట్టిదనిన.

కాలతత్త్వము.

కాలము సర్వంబును కల్పించు ననువచనమువలన సర్వకర్మములచే పూజ్యుం డగుపరమేశ్వరుఁడు నిత్యకాలస్వరూపుం డనుట యార్యుల కందఱకును సమ్మతమైన యంశమే. శాస్త్రములయం దాపరమేశ్వరుఁడే జగమున కాధారభూతుఁడని యున్నది. గోపథబ్రాహ్మణమునందు, దినస్వరూపుండును, పక్షరూపుఁడును, ఋతురూపుండును, అయనరూపుండును, సంవత్సరరూపుఁడు నగుపరమేశ్వరుఁ డాయాకాలములయందుఁ జేయంబడు కర్మములచే నుపాసింపఁబడుచున్నాఁడని చెప్పంబడియెను. అందు సంవత్సరము గొప్పదియైనను దినమునందును దానిధర్మము నతిదేశించి యార్యులు కాలము నుపాసించుచున్నారు. అందు పగటికి సూర్యుఁడు దేవత. ప్రతిపగలురూపమైనసంవత్సరమునకు ఉత్తరాయణము గొప్పదేవత యగు. అట్లు రాత్రికి చంద్రుఁ డధిదేవత. ప్రతిరాత్రిరూపమగుసంవత్సరమునకు దక్షిణాయనము గొప్పదేవత. శ్రు॥ య ఏవ విద్వానుదగయనే ప్రమీయతే దేవానామేవ మహిమానం గత్వా ఆదిత్యస్య సాయుజ్యం సలోకతా మాప్నోతి! అథ యో దక్షిణే ప్రమీయతే పితౄణామేవ మహిమానం గత్వా చంద్రమస స్సాయుజ్యగ్ం సలోకతా మాప్నోతి॥ ఎవఁడు ఉత్తరాయణమున మృతి నొందునో వాఁడు దేవతలమాహాత్మ్యమును పొంది సూర్యునిసాలోక్యమును, సాయుజ్యమును జెందును

మఱియెవఁడు దక్షిణాయనమున మృతి నొందునో వాఁడు పిత రులమహిమను పొంది చంద్రునిసాలోక్యమును సాయుజ్యము ను పొందును, అని చెప్పఁబడియున్నది.

ఆకారణముననే పండ్రెండురాసులుగలదియు, ప్రతిరాశికి ముప్పదియంశములు గలదియు, ప్రతియంశమునకు నరువది కల లుగలదియు నగు నొకదినము కాలచక్రమునకు (౨౧౬౦౦) ఇరు వదియొక్క-వేయిఆరునూర్లుకలలు గలవు. ఇవియే ప్రతిదినము పురుషుఁడు విడుచుశ్వాసము లగును. కాలచక్రమున నెంత సేపులో నొకకల గతించునో అంతసేపులో పురుషునకు నొక శ్వాసముమాత్ర మాయువు ఖర్చుపడును. భగణపరస్పంద రూపంబును, బ్రహ్మరూపంబు నగుదినమునకు నైదవస్థలు వి భాగింపఁబడినవి. ఎట్లనిన, సృష్టి, స్థితి, సంహారము, తిరోధా నము, అనుగ్రహము ననఁబఱునవి.

అందు ఉషఃప్రాతఃకాలములయందు సృష్టియు, సంగవ మధ్యాహ్నములయందు లోకయాత్రచే పోషణము జరుగుచుండు నుగాన స్థితియు, అపరాహ్ణసాయాహ్నములయందు సంహా రంబును పూర్వరాత్రియందు సర్వంబు నుపసంహరింపఁబడుట చే తిరోధానంబును, అర్ధరాత్రమున సుషుప్తివలన సుఖ మను భవింపఁబడుచుండుటంజేసి యనుగ్రహంబును, ఇట్లు దినము బ్రహ్మముయొక్క- లక్షణము లగుపంచకృత్యములను చేయుచు న్నది. దీనియం దనుగ్రహ మల్పకాల మగు. అదియే పరమే

శ్వరునియందైననో పునరావృత్తిరహితమగును.

ఇందింకొక విభాగంబును కలదు. ఉషఃకాలము మొదలుకొని సాయంకాలమువరకు జాగ్రదవస్థయు, పిదప పూర్వరాత్రివరకు స్వప్నంబును, పిమ్మట సుషుప్తియు నగు. అందు సంధ్య రుద్రసంబంధమని చెప్పంబడుచున్నది.

ప్రాతస్సంధ్యయందు బ్రాహ్మముహూర్తమునకు పిదప రౌద్రముహూర్తము సంధ్యానుష్ఠానమున కుపయోగించుచున్నది. అటులే సాయంసంధ్యాకాలంబును పరమేశ్వరుని తాండవకాలమే యని చెప్పంబడుచున్నది. అప్పటికర్మంబులు కొద్దివైనను ఎక్కువఫలముగలవియే యగును. ఆకాలమున నుద్రేకించినభూతాదులవలన లోకమునకుం గలుగుబాధయొక్క నివృత్తి పరమేశ్వరనటనమునకు ఫలమని పురాణములయందు గలదు.

ఇది యిచట నెఱుగవలయు. సర్వేంద్రియములు ఉదయముమొదలుకొని వ్యాపారమునం బ్రవర్తించి యలసియుండి గొప్పగర్తంబునందుంబలె తమోమయం బగు రాత్రిసమయంబున విశ్రాంతిసుఖము ననుభవింపం గోరుచు సాయంకాలముననే పనులనుండి తొలంగుచున్నవి. సర్వపాపములకు నిదానమైనదియు, నింద్రియగతికి యోగ్యముకానిదియు నగు రాత్రిసమయము సమీపించెను. అప్పుడు పగటికంటె పాప మధిక మనుట స్పష్టమే. ఏలన,

రాత్రియందు సూర్యకాంతి లేమిచే చీకటి యంతటను వ్యాపించును. దానింబట్టి దేశస్వరూపము, వస్తుస్వరూపంబును తెలియనేరదు. కావున నప్పుడు పాపముల కవకాశము కలుగును.

ఎట్లనిన, క్రూరచిత్తులు తమస్థితి యితరుల కెఱుకపడకుండ వైరుల వధించుట కప్పుడే యత్నించుచుందురు. మఱికొందఱు తమతమకృత్యములవలన నాయాసపడి ద్రవ్యము నార్జించికొని యింటికి వచ్చుచు సడుమ మద్యము ద్రావి మత్తుగొని అవ్యవస్థముగా సంచరించుచుందురు. వెరపుగలవారైనను అప్పు డెవ్వరికి తెలియదుగదాయని మద్యపానాదులకై యత్నింతురు. దొంగలు మొదలగువారి కాకాల ముపయోగపడునన్ని వేరఁ జెప్పఁబనిలేదు. ఇఁక జారులు, వ్యభిచారిణులు మొదలగువారికి మిగుల సంతోషకాల మనుట స్పష్టమే. దీనింబట్టి పగటికంటె రాత్రికాలము దోషముల కెక్కువ యనుకూలమనుట నిర్వివాదము.

ఇదిగాక రాత్రియందు శరీరము ద్వారము లన్నిటినుండి మలములు స్రవించుచుండును, మఱియు, స్త్రీసంపర్కాదులవలన శరీర మశుచిభూయిష్ఠ మగును. అప్పుడు పరిశుద్ధి విధింపఁబడినను సూర్యకిరణసంపర్కముగల పగటినీరములకుంబలె నప్పటిజలములకు నంతటి శోధకశక్తి యుండనేరదు. కావున తగినపరిశుద్ధి గలుగనేరదు. మఱియు, సమస్తనుగుకర్మం

ద్రియములు, జ్ఞానేంద్రియములు నుదయము మొదలుకొని కర్మ మునందుఁ బ్రవర్తించి యలసియున్నవిగావున నప్పుడేకర్మము నందు బలవంతముగాఁ బ్రవేశపెట్టినను పూర్వమువలె ఫలము కలుగనేరదు.

ఇదియునుంగాక, రాత్రియందు సూర్యకిరణసంచారము లేమిచే జఠరాగ్ని మందగించియుండుటంజేసి పగలు రెండు మూఁడుసారులు భుజించువారును రాత్రియం దొకమారుకంటె భుజింపఁజాలరు. అట్లు భుజించిరేని వారు రోగములచే బాధ నొందుచునేయున్నారు. మఱియు నిద్రయందు శవప్రాయము గా నున్నవానికి సర్వవిధముల లోపను సంభవించును.

కాఁబట్టి విశ్రమించుటకంటె ముందు బుద్ధిమంతుఁడగు వాఁడు రాఁబోవునాపదలవల్లనుండి కాపాడుకొనుటకై జాగరూకుఁడై యుండుట శ్రేయము. అట్లు కాపాడుకొనుట భగవంతునికరుణ లేకున్న మనుష్యమాత్రునకు స్వాధీనము కానేరదు. కావున నప్పుడు శరీరము నిర్మలముచేసికొని భగవదుపాస్తి చేయవలయు. అప్పుడు వరుణునిధ్యానము విధింపఁ బడెను.

ఆసమయమున లౌకికవ్యాపారము వదలి మహాగుణము గలసౌరకిరణములను సేవించుపురుషుని శరీరమునకు దోషసామ్యము కలుగునని వైద్యశాస్త్రమునఁ జెప్పబడియున్నది. సూర్యుఁడు కిరణముల నుపసంహారము చేయుచున్నపుడు సూర్యకిర

ణములకు భూమియం దగువస్తువుల నాకర్షించుటయుం దెక్కు-వశక్తి గలదు. ప్రాతఃకాలమున శీతమధికముగను పిత్తము కొంచెముగ నుండును. మధ్యాహ్నమున తేజము పూర్ణమై యున్నందున కేవలము పిత్తరూపముగానే యుండును. సాయంకాలమం దైననో పిత్తము తగ్గిపోవుచుండును. శీత మం కురించుచుండును. వాతము శీతము ననుసరించి వచ్చుచుండును.

కావున సాయంకాలమున సూర్యకిరణములచే దోషసామ్యము కలుగుచున్నది. ఆరోగ్య మనగా, దోషసామ్యమే యగు.

వాగ్భటుఁడు శ్లో॥ రోగస్తు దోషవైషమ్యం దోషసామ్య మరోగతా॥ అని వచించెను. కాఁబట్టి కేవల మారోగ్యము గోరువారును నవశ్యముగా సాయంకాలమునం దగుసూర్యకిరణముల సేవింపవలయు. ఇట్లు నియతముగా సాయంకాలపు సూర్యకిరణములను సేవించునార్యులకు నన్నివిధముల నారోగ్యము సంభవించుచునేయున్నది. ఆకారణమువలన సాయంకాలమునందు సకలకర్మంబులు నారంభింపఁబడుచున్నవి.

సంధ్యోపాసన మన్నికర్మములలోనను ముఖ్యమైనది. దానియొక్క- మహిమ మొదటనే నిరూపింపఁబడియె. ఆసంధ్యోపాసనంబు నప్పుడే యారంభింపఁబడుచున్నది. ఎట్లనిన, ప్రాతఃకాలమున నాహ్నికము చేసికొనినవా రగునాచార్యులచే

వటువు సంస్కరింపఁబడినవాఁడై తత్కాలముననే సకలవైదిక స్మార్తకర్మంబులయందు నధికారసంపత్తి గలిగి అనార్యులెటుం గనిదియు, నధిక మగుబ్రహ్మతేజము నిడునదియు, పూర్వపుణ్య పరిపాకఫలంబును నగుబ్రాహ్మణ్యముయొక్క యభివ్యక్తిలక్ష ణమైనసంస్కారము నొంది కర్మసాక్షియు, జగచ్చక్షుండు న గుసూర్యునిఁ జూచి పరమేశ్వరుని ధ్యానించుచు ససంప్రదాయ ముగా సంకల్పముతోడను, ప్రాణాయామముతోడను, ప్రోక్ష ణముతోడను, నాగములతోడను సంధ్యోపాసనను సాయంకాల మునందే యారంభించుచున్నాఁడు. ద్విజత్వము నొందినవానికి సాయంసంధ్యయే ప్రథమంబును, సర్వకర్మంబులకు నుపనయన మేప్రధానంబునగుగదా? దీనింబట్టి సర్వకర్మంబులకు సాయంకా లమునందే యుపక్రమము న్యాయ్యమని యేర్పడుచున్నది.

కర్మము శ్రౌతము, స్మార్తము, తాంత్రికము, మూఁడు విధములే యగుచున్నది. సర్వకర్మంబులు నీమూఁడిటియందే యంతర్భావము నొందుచున్నవి. శ్రౌతస్మార్తకర్మములలో ము ఖ్యమైనసంధ్యావందనమునకు సాయంకాలముననే యారంభమ ని చెప్పఁబడియెను.

అనంతరము, సాంగవేదమును జదివి సమావర్తనము జే సుకొని రెండవయాశ్రమమునఁబ్రవేశించినవాఁడును అగ్న్యుపాస నమును సాయంకాలమునందే యారంభించుచున్నాఁడు. అట్టు లాధానమున నగ్న్యుపక్రమంబును సాయంకాలమునందే జరు

గుచున్నది. సమస్త మగు వ్రతములయందును పూజ సాయంకాలమే యారంభింపఁబడును. తాంత్రికయజ్ఞముల యారంభంబును సాయంకాలమే జరుగును. దీనింబట్టి కర్మారంభంబునకు సాయంకాలమే యుక్తమని తెలియుచున్నది.

కర్మారంభనిర్ణయము కాలస్వభావమునుబట్టి చేయఁబడును. ఉదయకాలమునందును, సాయంకాలమునందును, సూర్యునకు, పురుషునకును గలయంతరాళము సమానమైనను, ఉత్పత్తియందును, నుపసంహారమునందును గలగుణభేదమును బట్టి సాయంకాలము ముఖ్యమని నిశ్చయింపఁబడును.

ప్రాతఃకాలమున నుపస్థానము చేయుటకును, సాయంకాలమున సంధ్య నారంభించుటకును నొక్కటే కాలము. అనగా, ప్రాతసంధ్యయందు నుపస్థానసమయమున సూర్యునకు పురుషునకు నెంతయంతరాళ మున్నదో సాయంసంధ్యయుపక్రమ సమయమునందు నంతయె యంతరాళ ముండును.

దీనింబట్టి ప్రాతఃకాలమున సూర్యుఁ డెంతదూరమున నుండి పురుషునకు దోషము గలిగింప నారంభించునో సాయంకాలమున నంతదూరమునుండియె పురుషునకు గుణమును పెనుపనారంభించునని పెద్దలయభిప్రాయము.

కావున నెవ్వఁడైన నేదొకక్రొత్తపని నారంభింపఁ బూనునెడ నద్దానిని గుణమభివృద్ధి నొందుకాలమున నె యారంభించుట యుక్తము.

సాయంకాలమున నక్షత్రములు కనఁబడుచుండఁగను, వానికాంతి హెచ్చుచుండఁగను సంధ్యావందనముయొక్క సమాప్తి ముఖ్యము. ప్రాతఃకాలమున నక్షత్రములకాంతి బాగుగా నుండ నారంభము ముఖ్యము. సాయంకాలమున సూర్యునివలె ప్రాతఃకాలమున తారకలును, ప్రాతఃకాలమున తారకలవలె సాయంకాలమున సూర్యుండును గ్రహింపఁబడిరి.

అట్లు, ప్రాతఃకాలమున సూర్యుని గాంచినక్షణమందే యింద్రియములు తమతమపనులయందు స్వభావముననే ప్రవర్తించుచున్నవి. మనసు నాకర్షించుచున్నవి. అర్థానికి వ్యాకులతను గలిగించుచున్నవి. సాయంకాలమునందు సూర్యకిరణములు కనఁబడనందున విషయములనుండి మరలి విశ్రమించుచున్నవి. అసహాయములై యప్పుడు మనసునకు నైకాగ్ర్యమును గలిగించుచున్నవి.

మనస్సు ఉషఃకాలమున నిద్రవిడిచి యింద్రియములకు వశపడక నిశ్చలమై యేకాగ్రమై యెటులుండునో సాయంకాలంబునను నట్లే యుండును.

మఱియు, ప్రాతఃకాలమునందు సూర్యాలోకసాహచర్యమువలన విషయములమీఁదికిఁబోవు మనస్సుయొక్క చాంచల్యము కర్మారంభముచే నివర్తింపఁబడుచున్నది. సాయంకాలమునయైననో సూర్యాలోకసాహచర్యములేమిచే నింద్రియవిషయసాంగత్యములేక మనస్సు అంత చంచలమై యుండనేరదు.

ఇట్లు, సాయంకాలమున నింద్రియవృత్తులు క్షీణించు చుండుటచే మనస్సు వానినుండి మరలి చాంచల్యమును విడువ గనె దాని నొకకర్మమునందుఁ బ్రవేశపెట్టునెడ నాకర్మముయొక్క వాసనతో సుప్తి నొంది మేల్కాంచినను తిరుగ నాకర్మమునే ధ్యానించుచుండును. ఆకార్యమునే చేయుచుండును.

ఈకారణమువలన సత్కర్మమును సాయంకాలమున నుపక్రమించుటె న్యాయ్యము.

మఱియు, ప్రతిదినము సాధింపఁబడు త్రివర్గమునకు సాయంకాలము ఉపసంహారకాల మగుచున్నది. అప్పు డేభావముతో మనస్సు నుపసంహరించుచున్నాఁడో జన్మాంతరన్యాయముచే తిరుగ నాభావమే మనస్సునఁ దలంపఁబడుచుండును.

ఇట్టికారణములవలన గర్మముల నాకాలమునం దారంభింపవలయునని నియమింపఁబడియె.

ఇఁక, ప్రాతఃకాలమున కర్మ మారంభించునెడ నడుమ సంభావితము లగులౌకికవ్యవహారములతో సముద్రతుల్య మగు పగటిచే చిత్తైకాగ్ర్యము చెడుననియు, దానం జేసియాకర్మము మనస్సున పట్టనేరదనియు నాలోచించి యిట్లు విధించిరి,

ఇట్లు, సాయంకాలమున కర్మ మారంభించునెడ నాకర్మము మనస్సునందు లగ్నమగును. దానింబట్టి కర్మమునందు శ్రద్ధ వృద్ధి నొందును. రాత్రియందు స్వభావసిద్ధ మగునింద్రియప్రవృత్తి పగటియందుఁబోలె నుండదు. కావున నప్పుడు

మనస్సు నెందైనఁ బ్రవేశపెట్టుటకు శక్యమగును.

ఇట్లు, సఫలము, సఫలతమము నగుసాయంకాలికసూర్యోపాసనమునందు పారమేశ్వరప్రపత్తి న్యాయ్యమైనది.

రాత్రికాలమున నిద్రాదులయం దింద్రియములకు విపరీతప్రవర్తన కలుగ కుండుటకై పరమేశ్వరోపాసనము విధింపఁబడియెను. అందు కుశోదకప్రోక్షణము త్వగింద్రియాది సంశుద్ధికిని, అర్ఘ్యప్రదానము శరీరమునకు మధ్యాహ్నము మొదలుకొని సంభవించినవిపరీతౌష్ణ్యము నివర్తించుద్వారా బుద్ధిశక్తి వృద్ధినొందుటకును నుపయోగించును. తక్కినంశను పూర్వమునంబలె నూహించుకొనునది.

ఇది

సాయంకాలప్రకరణము.

పూర్వనిశాప్రకరణము.

ఇపుడు పూర్వనిశాప్రకరణము ప్రకృతము. ఈకాలమున కర్మము లధికముగా విధింపఁబడియుండలేదు. అయినను నప్పటికర్మములయావశ్యకత్వమును నిరూపింపవలసియు

న్నది. ఇందు మొదట నీకాలముయొక్క స్వరూపము నిరూపింపబడును.

పగటియందుంబలె నైదువిధములవిభాగము రాత్రియందులేదు. ఇక నెట్లనిన, రాత్రికి నాదియగునర్ధయామమునకు ప్రదోష మనియు, చివరదగునర్ధయామమునకు ప్రత్యూష మనియు సంజ్ఞవిధించి మిగిలినయామత్రయమును రాత్రియని వ్యవహరించుచున్నారు. ఇందు ప్రదోషమునుగూడ, జాము న్నరసేపుకాలమునకు పూర్వరాత్ర మనిపేరు. ఆకాలమునందే కర్మములు చేయవలయు.

అపుడు సూర్యకిరణములకాంతి లేదు. సూర్యుని తేజము లేకున్న జఠరాగ్ని యాహారమును జీర్ణము చేయంజాలదు. దానంజేసి యింద్రియశక్తులును తగ్గిపోవుచుండును. కావున నప్పుడు జనులు పగటియందుంబలె కృత్యములను చేయంజాలరు.

శరీరమున నుష్ణబల ముండువరకు నింద్రియములు విషయములమీదికిం బోవుచుండును. కావున నాయింద్రియములను సంస్కరించుపనియందు వానిని ప్రవేశపెట్టుట కర్మమని పండితులయభిప్రాయము. రాత్రికాలమున మొదటికాలముకంటె తర్వాతికాలము శీతబాహుళ్యముగలది.

కావున క్రమముగ జాడ్య మభివృద్ధి నొందుచుండును. కావున ముందుముందే కర్మము చేయవలయు. అపుడు నియ

తములగు నగ్నిహోత్రము, ఈశ్వరారాధనము, వైశ్వదేవము అభ్యవహారము ననువానిఫలము వెనుక చెప్పఁబడినదే యగు.

ప్రాతఃకాలమున సూర్యకిరణములసంపర్కము గలిగిన క్షణము మొదలుకొని యూష్ణ్య మభివృద్ధియగుటంబట్టి రాత్రి శీతకాలమని యనుభవమువలనఁ దెలియుచున్నది.

తృప్తిగా భుజించుయోగ్యత మధ్యాహ్నముననేగాని రాత్రికాలమున లేదు. ఉదయమునుండి క్రమముగా నభివృద్ధి నొంది మధ్యాహ్నమున భుజించినపదార్థముల జీర్ణింపఁజేయుచు క్రమముగ తగ్గియుండినయుష్ణము సాయంకాలమునఁ జేయఁబడు నగ్న్యుపాస్తి, దీపప్రభ మొదలగువానిచే పోషింపఁబడుచున్నను క్రమముగా తగ్గిపోవుచుండును.

కావున నీసమయమున మధ్యాహ్నమునంబలె భోజనము చేయఁగూడదు. ప్రతిదినము రెండుమార్లు భుజించుటయె యుక్తము. మూడునాలుగుసారులు అవ్యవస్థముగా భుజించువారలశరీరమునందు దార్ఢ్యముగాని, కష్టము నోర్చుశక్తిగాని, కర్మములయం దాసక్తిగాని, సూక్ష్మబుద్ధిగాని లేదు.

ఆకారణమువలన, శ్లో॥ నాంతరా కించి దశ్నీయా దగ్నిహోత్రసమో విధిః॥ అగ్న్యుపాసనముంబలె భోజనంబును రెండుమారులే చేయనగుగాని నడుమ భుజింపఁగూడదని విధింపఁబడియెను. కావుననే భోజనసంస్కారాంగము లైనవైశ్వదేవపరిషేచనములు రెండువిధములుగనే, శాస్త్రములయం

ద్దఁ జెప్పఁబడియెను.

ఏక పూర్వరాత్రియందు అగ్న్యుపాసనము, దేవతార్చనము, వైశ్వదేవము, అభ్యాహారము ననినాలుగుకర్మములు కలవు.

వీనిలో వైశ్వదేవ మన్నసంస్కారమున కావశ్యకమైనది. అతిథిసత్కారంబు నావశ్యకమె శ్లో॥ దివాతిథౌ తు విముఖే గతే యత్పాతకం నృప। తదేవాష్టగుణం పుంసాం సూర్యోఢే విముఖే కృతే॥ పగలువచ్చినయతిథి యనాదరింపఁబడక విముఖుఁడై పోయినకారణంబునఁ గలుగుపాతకముకంటె నెనిమిదిమడుంగులు పాతకంబు రాత్రివచ్చినయతిథి విముఖుఁడగునెడఁ గలుగునని బుధస్మృతియందు గలదు. ఏలనిన, పగలు వచ్చినయతిథి నాదరింపకున్న నతఁడప్పు డింకొకచోటికి బోవ వీలుగలదుగాని రాత్రి వచ్చినవాని కట్టివీలు లేదు. కావున రాత్రియం దతిథిసత్కార మత్యావశ్యకము.

శ్లో॥ నిశాయాః ప్రథమే యామే జపయజ్ఞార్చనాదికం॥ రాత్రియొక్క ప్రథమయామముననె జపయజ్ఞము, దేవతార్చనమొదలగువానిఁ జేయవలయునని శౌనకుఁడు వచించెను. కావున నీకర్మములను ప్రథమయామముననె చేయవలయు.

ఈకాలమునందు మధ్యాహ్నమునంబలె భోజనము చేయఁగూడదు. కావుననె, ధన్వంతరి, శ్లో॥ రాత్రౌహి భోజనం కుర్యాత్ప్రథమప్రహరాంతరే। కించిదూనం సముశ్నీయా

ద్దుర్జరం పరివర్జయేత్॥ రాత్రికాలమున మొదటిజాములోపల తేలికగా భుజింపవలయు. సులభముగా జీర్ణముగాని వస్తువులను భుజింపఁగూడదు. అని వచించెను. ఇందుఁగారణమేమనిన, సూర్యోదయము మొదలుకొని సూర్యకిరణములచే క్రాగుచుండినరక్త మన్నినాడులయందు ప్రవహించుచుండును. సూర్యుం డస్తమింప క్రమముగా శీత మభివృద్ధి నొందుటచే రక్తము గట్టిపడును. శైత్యమువలననే నాడులచర్మంబును కొంత ముడుచుకొనును. దానం జేసి శరీరము పగటియందుంబలె తేలికగా సంచరింపనేరదు.

ఇట్లు, రక్తప్రచారము కొంతతగ్గి, అవసర మగుపిత్తంబును న్యూనమై యున్నప్పుడు వాతకఫములు ప్రకోపించుచుండుటం జేసి జీర్ణశక్తి తగ్గిపోవుచుండును. కావున ధన్వంతరియె.

శ్లో॥ రక్తానా మప్రచారాచ్చ జాఠరాగ్నే రదీపనాత్।
జ్యోత్స్నాతమోహిమై ర్భూయ శ్శైత్య స్యాభ్యభివర్ధనాత్॥
కించిదూనం సమశ్నీయా ద్దుర్జరం తత్ర వర్జయేత్॥

రాత్రికాలమున, రక్తమునకు ప్రచారము తగ్గుటను, జఠరాగ్ని మంద మగుటను, వెన్నెల, తమస్సు, మంచు వీనిచే శైత్యము వృద్ధిగాంచుటను కొంచెము లఘువుగా భుజింపవలయు. సులభముగా జీర్ణింపనివస్తువును విడువవలయునని వచించెను. సులభముగా జీర్ణింపనివస్తువు లనఁగా, పెరుగు మొదలైనవి. ఆకారణముననె రాత్రిచర్యయందు,

శ్లో॥ సద్యోమాంసం నవం చాన్నం బాలాస్త్రీ క్షీరభోజనం।
ఘృత ముష్ణోదకస్నానం సద్యః ప్రాణకరాణి షట్॥
శ్లో॥ పూతిమాంసం స్త్రియో వృద్ధా బాలార్క స్తరుణం దధి।
ప్రభాతే మైథునం నిద్రా సద్యః ప్రాణహరాణి షట్।

అప్పుడు వండినమాంసము, వేడియన్నము, పదునాఱేండ్ల ప్రాయముగలవనిత, పాలు, నెయ్యి, ఉష్ణోదకస్నానము ఈయాఱును నప్పుడే బలము నొసంగును. చల్లారిపోయినమాంసము తినుట, ముదుసలికాంతతోసమాగమము, ప్రొద్దుటియెండను సేవించుట, తోడుతోడని పెరుగు త్రావుట, వేకువను స్త్రీసమాగము, అప్పుడు నిద్రించుట ఈయాఱును నప్పుడె ఆయుష్షును క్షీణింపఁజేయునని ధన్వంతరియే వచించెను. కావుననే ధర్మశాస్త్రవిదులును, శ్లో॥ రాత్రౌ దధ్యన్నభుక్తేశ్చ ఆయుః క్షీణం దినేదినే। రాత్రికాలమున్న పెరుగన్నము దినునెడ నానాటికి నాయుష్షు క్షీణించునని వచించుచున్నారు. రాత్రికాలమున జలపానమునుగూర్చి భోజుండు చారుచర్యయందు,

శ్లో॥ పిబేద్ఘటసహస్రాణి యావ దస్తంగతే రవౌ।
అస్తంగతే దివానాథే ఏకంబిందు ర్ఘటోపమః॥
నిత్యభోజనవేళాయాం స్వల్పము ష్ణోదకం పిబం।
గండూష మాచరే ద్రాత్రౌ తృష్ణాయాం శీతలై ర్జలైః॥
రాత్రౌ వ్యవాయశ్రాన్తానాం సంభోగవ్యవసాయినాం।
తత్తు సంతర్పణం సద్యో ధాత్వింద్రియబలప్రదం॥

తృప్తిస్తు విదగ్ధేన్నే యః పిబే ద్వారిశీతలం।
విదాహం ప్రశమం యాతి శేష మన్నంచ జీర్యతి॥
అజీర్ణే భేషజం వారి జీర్ణే వారి బలప్రదం।
అమృతం భోజనే వారి భుక్తస్యోపరి త ద్విషం॥

సూర్యుం డస్తమింపక పూర్వము పెక్కు కడవల నీరుద్రావినను బాధ కలుగదుగాని సూర్యుం డస్తమించినపిదప ద్రావినయెడ కన్నీటిబొట్టైనను కడవెడునీటితో సమానమై బాధ కలిగించును. రాత్రిపూట భుజించునపుడు ద్రావిననీరు బాధింపదుగాని భుజింపనప్పుడు కొంచెమునీరు ద్రావిననునది విషప్రాయ మగును. కావున నప్పుడు చన్నీరు పుక్కిలించివిడువవలయు. రాత్రికాలమున సంభోగాదులచే శ్రమ మొందినవారికి జలపానము బలప్రదమే యగును. అన్నము కొంత జీర్ణమైనవెనుక నీరుద్రావునెడ విదాహము శమించుటయేగాక మిగిలినయన్నంబును జీర్ణమగును. అన్నము జీర్ణముగాని యప్పుడు జల మౌషధప్రాయమై జీర్ణశక్తి నొసగును. అన్నము జీర్ణమైనపిదప జలపానము సేయునెడ బలము నొసంగును. భుజించునప్పుడైనను జలపానము అమృతముతో తుల్యమైనది. కాని భుజింపగనె నీరు ద్రావునెడ నది విషమే యగునని వచించెను.

ఇట్లు పూర్వరాత్రకార్యమును నెరవేర్చుకొని యప్పుడు వేరొక కార్యము లేకున్నను వెంటనె నిద్రింపఁగూడదు. భుజించి సుఖముగాఁ గూర్చుండి, తాంబూలము గ్రహించి, పురాణో

తిహాసాదులచేగాని, చిత్తోల్లాసకరము లగుకృత్యములతోగాని యొకయర్ధయామము గడపవలయు.

ఇది

పూర్వనిశాప్రకరణము.

మధ్యనిశాప్రకరణము.

ఇఁక, మధ్యనిశాప్రకరణము ప్రకృతము. ఈకాలమున సుఖనిద్ర నొందుట, లేక, ధర్మపత్నీసమాగమము వీనిని తగునటు లనుభవింపవలయు.

ఈకాలమున సుఖనిద్రకై స్మృతికర్తలు పెక్కునియమములఁ జెప్పిరి. ఎట్లనిన,

సూ॥ నిద్రాస్థానం గచ్ఛన్ పాణిపాదం ప్రక్షాళయేత్। నాన్యచింత స్స్వపేత్। నావాతే నాతివాతేవా నాత్యంతానావృతేథవా॥ నదంశమశకాక్రాంతే నచ భూయిష్ఠమత్కుణే నాన్యదీయేచ శయనే నసంమర్దే నవాపరైః। కటాదౌ వామధావాపి క్షమాదౌ ప్రాణిజేథవా। స్వపేత్ సర్వార్థసిద్ధ్యర్థం వామభాగ మథోదధత్। సోపధానః స్వపే త్ప్రాజ్ఞః మంచాదౌ భూతలేనహి॥ శూకకీటాదిహైః కీటైః యథా భూతలసర్పిభిః। నోపహన్యః యథా పక్షికీటాద్యైర్వా స్వకాం తనూం। యథాకా

లం కంబళాదిప్రావృతీరపి చాంచయేత్॥

కాలుసేతులు కడిగికొని నిద్రాస్థానమున కేగి యితర చింత విడిచి నిద్రింపవలయు. గాలి బాత్తిగ లేనిచోటగాని, ఆరుబైటనుగాని, ఈగలు, దోమలు, నల్లులు, గలచోటగాని, ఒరునిపక్కమీదగాని, సమ్మర్దమునందుగాని, పండుకొనఁగూడదు. చాపమీఁదగాని, ఓషధినిర్మితము, పట్టువస్త్రము, మొదలగు ప్రాణిజమునందుగాని, మంచము మొదలగువానియందు గాని తలగడతో గూడినదానియందు ఎడమపార్శ్వమున పండు కొనవలయు. నేలమీఁద పండుకొనఁగూడదు. నేలమీఁద తిరుగు పురువులు కుట్టకుండునట్లు, ఆకసమునఁదిరుగు పక్షులు మొదలగునవి బాధింపకుండునట్లును నాచ్ఛాదనముగలచోట మంచము మొదలగువానిమీఁద పండుకొనవలయు, అవసరమగునేని కంబళము మొదలగువానిఁ గప్పుకొనవలయు నని మొదలుగాఁ జూడనగును.

వైద్యకమున, ప్రాణిజము. ఔషధము, నైసర్గికము నని శయనము గృహస్థులకు మూఁడువిధములుగాఁ జెప్పఁబడినది. యతులకు ప్రాణిజముగాని నైసర్గికముగాని యుపయోగించును. ఇందు, పట్టుచర్మము మొదలగునది ప్రాణిజము. పాదరిండ్లు, శిలా స్థండిలము మొదలైనది నైసర్గికము. ఔషధము, సశిల్పము, నశిల్పము నని రెండువిధములు. ఇందు చివురుటాకులు, పూవులు మొదలైనవి యశిల్పములు. చాప మొదలగునవి సశిల్పములు.

వీనిలో ప్రాణిజంబులును కాలానుసారముగా గృహస్థునకు నియతములే యగుచున్నవి. శుక్రమును శోధించుస్వభావముగలవియు, రక్తమును వృద్ధి నొందించునవియు, అతిశీతోష్ణములు కానివియు దోషసామ్యము గలిగించునవియు, నగుశయనములు గృహస్థునకు నియతములైనవి.

ఉష్ణవీర్యములు, వాతహారములు, పిత్తశోధకములు, లాఘవప్రదములు మదహారములు నగుశయనము లితరాశ్రమస్థులకు నియతములు. కావున, స్థండిలాసనలు యత్యాదులకును మంచములు మొదలగునవి గృహస్థులకును విధింపఁబడియెను.

ఒరునిశయ్యయం దాపురుషుని స్వేదాదిసంబంధ ముండును, అది యితరునకు రోగజనకం బగుటను వేరొకనిశయ్యయందు పండుకొనఁగూడదు.

కావునసె స్తన్య మిడుసమయమునందగాక తక్కుసమమున తల్లిపిల్లలకును, సమాగమసమయమునందగాక తక్కుసమయమున దంపతులకును పృథక్శయ్య విధింపఁబడియెను. కొందఱు కొంతసేపునిలుచుండి పోయినపదంపడియు వారు నిలుచున్నచోట నైదాఱునిమిషములదాఁక తాపము కలిగియుంట యనుభవసిద్ధమై యున్నది. కావున నితరునిశయ్య కూడదనుట నిర్వివాదము.

మఱియు, మలభూయిష్ఠమైనది, సూతిక కుపయోగించినది, రజస్వల కుపయోగించినది, శవమునకు వేసినది, నీచో

పయుక్తమైనది, రోగిగృహీతమైనది, బొత్తుగా కూడదు.
ఆచారసారమునందు.

శ్లో॥ శుచిం దేశం వివిక్తంతు గోమయే నోపలేపయేత్।
ప్రాగుదక్ప్రవణేచైవ సంవిశేత్తు తథా బుధః॥
ప్రాక్ఛిరాస్తు స్వపే న్నిత్యం తథావై దక్షిణాశిరాః।
ఉదక్ఛిరా నస్వపేత్తు తథా ప్రత్యక్ఛిరాఽచ।
మహాదేవగృహేవాపి మాతృవేశ్మని నస్వపేత్॥
నయక్షనాగాయతనే స్కందస్యాయతనే తథా।
తరుచ్ఛాయాసుచ తథా శర్కరాస్థిషు పాంసుషు॥
నస్వపేచ్చ తథాదర్భే వినాదీక్షాం కథంచన।
ధాన్యగోదేవవిప్రాణాం గురూణాంచతథోపరి॥
నచాపిభిన్నశయనే నాశుచౌ నాశుచిస్తథా।
నార్ద్రవాసా ననగ్నశ్చ నోత్తరాశ్రితమస్తకః॥
నాకాశే పర్వతే శూన్యే నచచైత్యద్రుమే తథా॥

గృహంబున తూర్పుదెసనుగాని, ఉత్తరపుదెసనుగాని పవిత్రమగువిజనప్రదేశంబును గోమయముతో నలికించి యచట శయ్యనేర్పరచుకొని, తూర్పుతలగాగాని, దక్షిణపుతలగాగాని పండుకొనవలయును. పడమరతలగాగాని, ఉత్తరపుతలగాగాని పండుకొనఁగూడదు. ఈశ్వరాలయమునందును, మాతృకాలయమునందు, యక్షాలయమునందును, నాగాలయమునందును, స్కందాలయమునందును, చెట్లనీడలయందును, రాళ్లు, నస్థులు,

దుమ్ము మొదలగువానియందును పండుకొనఁగూడదు. దీక్షా సమయమునగాక దర్భయందు పండుకొనఁగూడదు. ధాన్యము మీఁదను, గోవులమీఁదను, విప్రులు, గురువులు మొదలగువారి కంటె నెత్తగుప్రదేశమందును, పగిలినదానియందును, అపవిత్ర మగుశయనమందును పండుకొనఁగూడదు. అపవిత్రుఁడును, తడిగుడ్డ గట్టుకొనియు, దిగంబరుఁడయ్యు పండుకొనఁ గూడదు, ఆచ్ఛాదనములేనిచోటను, పర్వతమునందును, చైత్యవృక్షము క్రిందను పండుకొనఁ గూడదు.

విషవాయువు, విషక్రిములు మొదలగువానిదోషము హరించుటకై శయనగృహమును గోమయముచే శుద్ధి గావింప వలయునని చెప్పఁబడియెను. వృక్షములమీఁద గూబలు మొద లగుపక్షు లుండుగాన వానిమలములు పైనఁబడునని యెంచి చె ట్లక్రింద శయనము నిషేధింపఁ బడియెను. కాల్పబడుశవముల పొగ చైత్యవృక్షముపై పారుచుండుటంజేసి ఆపొగపారిన ప్రదే శము రాత్రికాలమున మంచునీరితోఁగూడ మలరేణువులను గ్ర క్కుచుండుగాన చైత్యవృక్షముక్రిందఁ బండుకొనఁగూడదని వచిం పఁబడియె. గురువిప్రాదులకంటె నున్నతస్థలమున శయనించు ట పాపహేతు వగుటంజేసి యది నిషేధింపఁబడియెను.

దేవాలయములయందుఁ బండుకొనునెడ నిద్రాసమయ మున మనుజునిశరీరమునుండి చెమట మొదలగుమలములు స్ర వించుచుండుగాన దానివలన దేవతాకోపము సంభావితము

గావున నచట శయనము నిషేధింపఁబడియెను. ఇట్లే కడమ నియమములకును ఫల మూహించుకొనునది.

పండుకొనునప్పుడు దేవతాస్మరణము, మంత్రరక్ష మొదలగునవి యాస్తికచిహ్నములుగాన ఆర్యులకు నియతములగుచున్నవి.

గృహస్థులకు కర్మాధిక్యంబుచే నింద్రియక్లేశ మధికముగాన నిద్రాకాలంబు నధికమే యగు. బ్రహ్మచారికి, గురుశుశ్రూషకంటె నింద్రియక్లేశ మెక్కువగా లేదుగాన, సూ॥ పూర్వోత్థాయీ జఘన్యసంవేశీ॥ అనుసూత్రమున గృహస్థునికంటెనిద్రతక్కువగనె విధింపఁబడియె. అట్లే స్త్రీలకును భర్తృశుశ్రూషకంటెనింద్రియగ్లాని యధికముగా లేనందున భర్తకంటె ముందు మేల్కాంచుట, భర్త నిద్రించినపిదప నిద్రించుట నియమింపఁబడియెను.

ఇట్టి నియమము లన్నియు కేవలము నాముష్మికసుఖమున కేగాక శరీరారోగ్యరూప మగు నైహికసుఖమునకు నుపయోగించునట్లు శోధకులచే నియమింపఁబడియెను. అయినను అశోధకులకుఁ బధ్యభోజనంబుంబలె నివి కష్టజనకములుగాఁ దోఁచెడిని.

స్త్రీసంపర్కము.

ఇందు, గమ్యయగు స్త్రీలక్షణ మిట్లు చెప్పఁబడియె. వ్యాసుఁడు,

శ్లో॥ నాస్నాతాంతు స్త్రియం గచ్ఛేత్ నాతురాం నరజస్వలాం

నోపేయా ద్గర్భిణీం నారీం దీర్ఘ మాయు ర్జిజీవిషుః॥
నానిష్టాం నప్రకుపితాం నాప్రశస్తాం నరోగిణీం।
నాదక్షిణాం నాన్యకామాం నాకామాం నాన్యయోషితం॥
క్షుత్ క్షామాం నాతిభుక్తాంచ స్వయంచైతై ర్గుణై ర్యుతః।
స్నాతః స్రగ్గంధధృక్ప్రీతః వ్యావాయం పురుషో వ్రజేత్॥

దీర్ఘ మగునాయువు నపేక్షించువాఁడు స్నానముచేయు నిదానిని, రోగవతిని, రజస్వలను, గర్భవతిని, పొందఁగూడదు. అట్లు, ఇష్టము లేనిదానిని, కోపించినదానిని, అపవిత్రురాలిని అసమర్థురాలిని, ఇతరునియందు కామముకలదానిని, కామము లేనిదానిని, పరనారిని, ఆకలిగొన్నదానిని, భుక్తాయాసము గల దానిని, తాను నిట్టిగుణములు గలవాఁడయ్యును పొందఁగూడదు. స్నానముచేసి, స్రగ్గంధాదుల ధరించి భోగింపవలయు.

చారుచర్యయందు భోజుఁడును,

శ్లో॥ రతికాలైక శయన మన్యకాలే పృథక్శయీ।
స్త్రీణాం శ్వాసానిలైః పుంసాం దుర్భగత్వం ప్రజాయతే।
శ్లో॥ ఏకశాయీ ద్విభోజీచ షణ్మాత్రద్విపురీషకః।
స్వల్పసంగమకారీచ శతవర్షాణి జీవతి॥

స్త్రీల నిట్టూర్పులు సోకునెడ పురుషులకు దౌర్భాగ్యము సంభవించును. కావున రతికాలమునఁగాక తక్కుకాలమున వేరుగా పండుకొనవలయు. ఒక్కఁడే పండుకొనువాఁడున్ను, రెండుమార్లు భుజించువాఁడును, ఆఱుమార్లు మూత్ర

మతను, రెండుమార్లు మలమును విడుచువాఁడును, మితముగ స్త్రీసంపర్కము నొందువాఁడును నూరువర్షములు జీవించునని వచించెను.

శ్లో॥ ధాతుక్షయో రోగవృద్ధి ర్వైవర్ణ్యం సత్కర్మవిప్లవః।
సౌభాగ్యా యుర్యశోనాశః పుంసాం స్త్రీ వ్యతిసంగినాం॥

స్త్రీలయం దత్యాసంగముగలపురుషులకు ధాతుక్షయము, రోగవృద్ధియు, వైవర్ణ్యము, సత్కర్మనాశము, సౌభాగ్యము, కీర్తి నశించుటయు సంభవించును. అని చెప్పఁబడియెను. ఇందు పూర్వపూర్వము, ఉత్తరోత్తరమునకు హేతు వగును. ఎట్లనిన,

దేశకాలవ్యవస్థలేక స్త్రీసంపర్కము నొందుటచే శుక్రము క్షయ మొందును. శుక్రము క్షయింప దౌర్బల్యమువలన ననేకరోగములు వచ్చును. వానివలన శరీరకాంతి తరుగును. ఇట్టియశక్తిచే స్నానాది సత్కర్మములు విడువంబడును. దానం జేసి యిహపరసుఖములకు దూర మగునని యాశయము.

ఆర్యులకు స్త్రీసమాగమము కేవలము కామపూర్తికి నుపయోగించునది కాదు. ఇంకేమనిన, సత్సంతానావాప్తియే ఫలముగాఁగలది. కాఁబట్టి, నిషిద్ధదినములలోఁ జేరని ఋతుకాలమున సమాగమము విహితము.

ఇది
మధ్యనిశాప్రకరణము.

మ॥ వసుధామండల మండనాయిత భరద్వాజాన్వవాయంబునం
దసమాస్త్రార్థ పరాయణోద్భట కులీనాఘోర సూనుండ సూ
రిసమాజస్తుత కుంభఘోణనిలయ శ్రీశ్రీనివాసాధ్వరీం
ద్రసమంచత్కరుణా సమార్జితకలుండన్ నాగలింగాఖ్యుఁడన్
రస నిత్యోదితధర్మబోధిని సమగ్రస్ఫూర్తిఁ గావించితిన్॥

శివము.



తెనాలి శ్రీవిద్యాగణపతి ముద్రాక్షరశాలయందు,
పోలేపెద్ది వెంకటనరసింహ్వాముచే ముద్రింపబడియె.

ప్రకటన.

జ్ఞానవాశిష్ఠము. ఆంధ్రతాత్పర్యవిశేషార్థసహితము. కొద్దిప్రతులు మాత్రమె మిగిలియున్నవి. రు 8–0–0

సర్వవేదాన్తసిద్ధాన్తసంగ్రహము. శ్రీశంకరాచార్యవిరచితము. ప్రతిపదటీకాతాత్పర్యసహితము. 2–8–0

సుభాషితమణికంఠహారము. ఆంధ్రతాత్పర్యసహితము 1–0–0

కలివిడంబనము, మహాకవి నీలకంఠప్రణీతము. ప్రతిపదటీకా సహితము. 0–4–0

సౌభాగ్యలక్ష్మి. ఆంధ్రతాత్పర్యసహితము. ఇందు లక్ష్మిప్రాప్త్యుపాయము, శ్రీస్తుతి, శ్రీసూక్తము, లక్ష్మీకవచము, త్రైలోక్యమంగళమను లక్ష్మీస్తోత్రము. మొదలగునవికలవు 0–8–0

విదురమహానీతి, తెలుఁగువచనము. మొదటిభాగము. 0–2–0

చతుర్వేదతాత్పర్యసంగ్రహము. శ్రీహరదత్తాచార్యవిరచితము. 1–0–0

శ్రీమదప్పయదీక్షిత విరచితములు. బ్రహ్మతర్కస్తవము. సవ్యాఖ్యానము. 1–0–0

శివకర్ణామృతము. 0–8–0

రామాయణతాత్పర్యసంగ్రహము సవ్యాఖ్యానము. 0–4–0

భారతతాత్పర్యసంగ్రహము. సవ్యాఖ్యానము. 0–4–0

శైవరహస్యబోధిని

అను

ద్వైమాసపత్రిక.

ఇందు శైవసిద్ధాంత ప్రతిపాదకములగు నుపన్యాసములు, పౌరుషేయగ్రంథములు, శివాగమములును ప్రకటింపబడును.

ఈపత్రికకు చందా సం ౧ కి రు ౨-౦-౦

పైగ్రంథములు వలయువారు ఈదిగువ చిరునామావారికి వ్రాసి గ్రహింపవలయును.

ముదిగొండ నాగలింగశాస్త్రి,
రామలింగేశ్వరపేట
తెనాలి.
గుంటూరు- డి॥